



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

آموزش به بیمار

Patient Education/ Patient Teaching



Dr sima mohammadhossini



7/29/2024

2



آموزش از موضوعاتی است که همیشه مورد توجه بشر بوده است، انسان در هر موقعیتی در صدد است تا با فراگیری دانش و مهارت های جدید بتواند در شرایط مختلف نیازهای خود را برآورده سازد، هر موقعیتی که تجربه می کند نیازهای جدیدی را در مقابل خود می بیند و چه بسا یادگیری مهارت های خاص، حیات او را تضمین نماید.



از دست دادن سلامتی و احیانا بستری شدن در بیمارستان یکی از موقعیت هایی است که نیاز به یادگیری را دو چندان می نماید. به عبارت دیگر برای بیمار، فرصتی برای آموزش و یادگیری فراهم می نماید و در همین راستا مفهوم آموزش به بیمار در هنگام بیماری و بستری شدن در بیمارستان شکل گرفته است.



آموزش به بیمار یکی از ابعاد مهم مراقبت های پرستاری و از نقش های کلیدی پرستاران در ارائه خدمات بهداشتی و درمانی به شمار می رود.

مطالعات نشان داده که پرستاران نقش ارزنده ای در آموزش به بیماران دارند. این بخش جزء مهمی از وظایف مستقل آنان محسوب می شود. زیرا پرستاران دسترسی بیشتری به بیمار و خانواده وی دارند و زمان بسیاری را صرف مراقبت از بیمار می کنند و در نتیجه فرصت های مکرری برای آموزش فراهم می شود.



پرستار در نقش آموزش دهنده به بیمار و خانواده وی کمک می کند تا توانایی آنان در مراقبت از خود افزایش یابد و در نتیجه سلامتی ارتقاء یافته و از بیماری ها پیشگیری شود.

عوامل متعددی ضرورت آموزش را نمایان می سازد که یکی از مهم ترین آنها اهمیت سلامتی نسبت به درمان در قرن کنونی است، بنابراین افراد نیازمند کسب دانش و تغییر نگرش در زمینه سلامتی هستند. **اقامت کوتاه تر در بیمارستان، خروج زودتر از تخت، آمادگی برای گذراندن دوره نقاهت در منزل، افزایش بیماری های مزمن، افزایش ناتوانی و معلولیت ها** از عواملی هستند که نقش آموزش را مهم می سازند .



با توجه به محدودیت های مراکز مراقبت های بهداشتی و ضرورت کاهش هزینه ها که کوتاه کردن مدت بستری را می طلبد و همچنین پیشرفت های تکنولوژی پزشکی که سوال های زیادی را در مقابل بیماران قرار داده است، نیاز به اطلاع رسانی و افزایش آگاهی بهداشتی مردم از اولویت و اهمیت خاص برخوردار شده است.



فردی که در زمان بیماری آموزش های مورد نیاز را دریافت می کند به خاطر بر آورده شدن یکی از نیازهای انسانی در خود **احساس امنیت و آرامش** می کند، لذا محروم ساختن او از اطلاعات مورد نیازش عملی غیر اخلاقی است. آگاه کردن بیمار و سهیم نمودن او در **تصمیم گیری و محترم شمردن** حقوق شان، بهبود آنان را سرعت بخشیده و زمان اقامت در بیمارستان را کاهش می دهد و از پذیرش مجدد در بیمارستان می کاهد، بنابراین از نظر اقتصادی و اجتماعی اهمیت زیادی دارد.

از طرفی عدم اجرای آموزش به بیمار موجب می شود تا بیماران در مراقبت از خود دچار اشتباه شوند و در برخی موارد به خود آسیب رسانند.



در سال ۱۹۸۰ انجمن پزشکان آمریکا از لحاظ اخلاق و مقررات پزشکی تغییرات قابل توجهی یافت و در قوانین پزشکی لزوم قابلیت دسترسی به اطلاعات جهت بیماران و همگان و آموزش به بیمار، توسط گردهمایی پزشکی مطرح گردید. در این قوانین **صداقت و راستگویی** به بیمار به عنوان اصلی مهمتر از حفظ بیمار از نگرانی مورد توجه قرار گرفت و با وجود مخالفت های معمول، جهت کسب آگاهی بیمار به علت بروز ترس و نگرانی، به علت طبیعت دانش پزشکی و ناتوانی بیمار جهت شرکت در تصمیم گیری و احتمال، اقامه دعوی جهت تصمیمات اتخاذ شده بر ضرورت کسب آگاهی بیمار تاکید شد.



به همین جهت امروزه در ساختار کلی مراقبت های بهداشتی جامع قوانین زیر حاکم است :

- ۱- برنامه ای جامع جهت رفع نیازهای جسمی، روانی و معنوی مددجو فراهم گردد.
- ۲- برنامه ها نیازهای فردی هر مددجو را بطور انفرادی برآورده سازد.
- ۳- در برخورد های درمانگرانه کوشش شود ظرفیت فرد جهت خود بهبودی، استقلال و عدم اتکاء ارتقاء یابد.
- ۴- به آموزش و مراقبت از خود، پیش از درمان و یا متکی شدن تاکید شود.
- ۵- در هر جایی که مراقبت بهداشتی ارایه می شود، این دیدگاه که آنجا مکانی جهت آموزش و کار داوطلبانه و فعالیت های اجتماعی است مورد توجه قرار گیرد.



تعریف آموزش به بیمار

آموزش به بیمار معادل واژه های **patient education / patient teaching** به معنای مجموعه ای برنامه ریزی شده از **فعالیت های طراحی شده ی یادگیری**، برای کمک به افرادی که یا بیمارند و یا قبلاً تجربه ای از بیماری داشته اند. برای تغییر در رفتار های بهداشتی که باعث ایجاد سلامتی در فرد می شود.

هدف اصلی از آموزش به بیمار درگیر کردن افراد در امر مراقبت از خود، به منظور افزایش کیفیت خدمات ارائه شده و ارتقای سطح سلامت است.



آموزش به بیمار فرآیندی مبتنی بر نیازهای ابراز شده توسط **پرستار و پزشک** برای کمک به بیمار جهت تصمیم گیری مشارکتی و آگاهانه در مورد بیماری است، که برای کنترل و کنار آمدن هر چه بهتر با بیماری اجرا می گردد.



تاریخچه آموزش به بیمار

نقش پرستار به عنوان آموزگار قدمتی دیرینه دارد. به طوری که از سال های ۱۸۰۰ یعنی زمانی که پرستاری به عنوان یک حرفه قانونمند شناخته شد آموزش که یکی از نوآوری های مهم مراقبت های بهداشتی بود، توسط پرستاران انجام می شد.



آموزش سلامت به بیمار، از نظر تئوری و عملی، به طور عمده در سه دهه اخیر توسعه یافته است.

مفهوم آموزش سلامت به بیمار در ابتدا در مورد بیماران بستری در بیمارستان مطرح گردید.

مطالعات نشان داده اند که آموزش سلامت به بیمار موجب **افزایش رضایتمندی بیمار**، **کاهش اضطراب** و **دوره بستری** می شود.



اهداف آموزش به بیمار

۱- حفظ و ارتقاء سلامتی و پیشگیری از بیماری

یکی از اهداف آموزش به بیمار تغییر رفتارهای بهداشتی به منظور پیشگیری، ارتقاء و حفظ سلامتی است. موسسات خدمات بهداشتی برای تامین رشد و تکامل، تغذیه، بهداشت، ایمنی، کمک های اولیه برای کودکان و ... جهت حفظ سلامتی و پیشگیری از بیماری به مردم کمک می نمایند.



۲- بازگشت به سلامتی

مددجویان آسیب دیده و بیمار به اطلاعات و مهارت هایی نیاز دارند تا به آنها جهت دستیابی به سطوح مطلوب سلامتی کمک کنند. مددجویانی که از تنش اولیه بیماری یا صدمه بهبود یافته اند و خود را با تغییرات حاصله تطبیق داده اند، خواهان کسب اطلاعاتی در مورد وضعیت خود هستند.

در **مرحله تشخیص و درمان** بیمار و خانواده وی در مورد بیماری، مراقبت و درمان مورد نیاز باید آموزش ببینند.

طی مرحله پیگیری نیز آنها نیازمند شناخت مراقبت ها در منزل، مانند استفاده از دارو، رژیم غذایی فعالیت، تداوم نوتوانی و پیشگیری از عود و عوارض بیماری می باشند.

نکته مهم: خانواده جزء حیاتی جهت بازگشت مددجو به سلامتی است و ممکن است نیاز باشد به اندازه مددجو اطلاعات لازم را کسب کند.



سازگاری با اختلال در عملکرد

تمام مددجویان به طور کامل از آسیب یا بیماری بهبود پیدا نمی کنند. بسیاری از آنها باید یاد بگیرند که چگونه با تغییرات واقعی سلامتی مقابله کنند. برای این که مددجویان بتوانند فعالیت های عادی روزانه زندگی را ادامه دهند، غالباً به اطلاعات و مهارت های جدید نیاز دارند.



- در صورت ناتوانی شدید، نقش خانواده مددجو، نیز ممکن است تغییر کند. بدین ترتیب اعضای خانواده احتیاج دارند که مسئله را درک و قبول کنند. توانایی خانواده در حمایت از مددجو ناشی از آموزش است که به محض شناخت نیازهای مددجو و علاقه خانواده به کمک شروع می شود.
- پرستار به اعضای خانواده می آموزد تا به مددجو در انجام مراقبت بهداشتی کمک کنند.
- آموزش به بیمار و خانواده وی موجب بهبود کیفیت زندگی بیمار، سازگاری با ناتوانی ها و عوارض بیماری توانایی انجام وظایف اولیه و حمایت از بیمار می شود.



مزایای آموزش به بیمار

- افزایش رضایتمندی بیماران
- کاهش اضطراب بیمار - کاهش دوره بستری
- افزایش نتایج درمان با پایبندی بیشتر بیماران به اقدامات مراقبتی
- کاهش هزینه های درمانی و بهداشتی
- اطمینان از تداوم مراقبت ها
- بهبود کیفیت زندگی بیمار
- کاهش بروز عوارض بیماری
- افزایش توانمندی و مشارکت در برنامه های درمانی و مراقبتی
- افزایش استقلال بیمار در فعالیت های روزمره
- تکمیل برنامه های درمانی
- کاهش پذیرش مجدد بیماران
- در نهایت توانمندسازی جامعه



آموزش به عنوان ارتباط

ارتباط عبارتست از: فرایند انتقال پیام از فرستنده به گیرنده، مشروط بر آنکه محتوای مورد انتقال، از فرستنده به گیرنده منتقل شود و یا بالعکس.

برای برقراری ساده ترین نوع ارتباط، حضور سه عنصر **فرستنده**، **پیام** و **گیرنده** ضروری است.

اما همیشه نمی توان انتظار داشت که محتوای پیام، به راحتی و به طور کامل از فرستنده به

گیرنده منتقل شود. بنابراین به خصوص در چنین مواقعی حضور **عنصر چهارمی** به عنوان **کانال**،

یا وسیله ارتباطی لازم به نظر می رسد و چون معمولاً تنها فرستنده پیام از وسیله استفاده می

کند بنابراین **بازخورد** به شکل مستقلی **عنصر پنجم** ارتباط را تشکیل می دهد.



✓ فرآیند آموزش با فرایند ارتباط برابری می کند.

✓ آموزش موثر تا حدی به چگونگی ارتباط بین فردی موثر بستگی دارد.

✓ در آموزش، مدد جو ممکن است اطلاعات بخواهد یا پرستار ممکن است نیاز به

اطلاعات را در بیمار درک کند.

✓ پس اهداف آموزشی خاص را طراحی می کند.

✓ یک هدف آموزشی آنچه را شرح می دهد که فراگیر قادر خواهد بود، بعد از یک

آموزش موفقیت آمیز انجام دهد.



✓ پرستار فرستنده ای است که می خواهد پیامی را به مددجو برساند.

✓ پرستار از طریق ارتباط با زبانی که برای فراگیر آشناست، امر آموزش را انجام می

دهد.

✓ بسیاری از متغیرهای بین فردی در سبک و رویکرد پرستار اثر می گذارند.

✓ نگرش ها، ارزش ها، عواطف و معلومات بر شیوه ارسال پیام توسط پرستار تاثیر

دارند.

✓ پیام یا محتوای آموزش روشن و دقیق ارایه می شود.



✓ پرستار طوری اطلاعات را در یک روند منطقی سازمان می دهد که مدد جو راحت تر مهارت ها یا عقاید را درک کند.

✓ هر درس یا مطلب از مهارت های ساده به مهارت های پیچیده تر پیش می رود.

✓ ممکن است پرستار جهت ارایه محتوای آموزش خود از شیوه های گوناگون استفاده کند.

✓ تمام حواس کانال های دریافت اطلاعات هستند.

✓ کانال شنوایی در روش سخنرانی یا بحث ساده ترین می باشد.

✓ هنگامی که کانال های مختلف حسی با یکدیگر استفاده شوند فرایند یادگیری مناسب تر و محرک تر می شود.

✓ گیرنده در فرایند آموزش یادگیری **فراگیر** است.



- ✓ متغیرهای فردی ممکن است برانگیزه و توانایی یادگیری مددجو اثر بگذارند. مددجویان زمانی آماده یادگیری هستند کته جهت یادگیری اظهار علاقه کنند و زمانی آمادگی لازم برای دریافت پیام دارند که محتوا را درک کنند. زبان، نگرش ها ، اضطراب و ارزش ها بر قدرت درک پیام تاثیر دارند.
- ✓ توانایی یادگیری به سلامت حسی و عاطفی، کیفیت آموزش، مرحله رشد و تکامل و معلومات قبلی بستگی دارد. فراگیر اطلاعات دریافتی را بازگو کرده یا مهارت های یادگرفته شده را اجرا می کند، به طوری که پرستار بتواند موفقیت آموزشی را ارزشیابی نماید.
- ✓ تعیین این که آیا اهداف یادگیری تحقق یافته اند یا نه همان عنصر بازخورد در فرایند ارتباط می



نکات مهم:

در آموزش به بیمار فراموش نکنیم بیمار **چند سال** دارد!

در آموزش به بیمار فراموش نکنیم بیمار **دردمند** است!

در آموزش به بیمار فراموش نکنیم بیمار یک **انسان است نه ماشین!**

برای شروع یک آموزش مفید نیاز به برقراری یک **رابطه صادقانه** با بیمار است، با او **همدل** شویم و از او بخواهیم که ما را بپذیرد.

بیماران باگروه های نژادی مختلف و در رده سنی متنوع و سطوح متفاوت اجتماعی - تحصیلی نیازمند طرح های آموزشی متفاوت هستند پس نمی توان از یک طرح کلی پیروی کرد: ✓ بیماران را به درستی بشناسیم.

✓ نیازهای آموزشی او را به درستی پیش بینی کنیم.

✓ از مراحل و نتایج درمان بیمار با اطلاع باشیم و محتویات پرونده را کامل مطالعه کنیم.

✓ اطلاعاتی که می خواهیم به بیمار بدهیم مستند باشد.

✓ در صورت وجود ابهام در پرونده از پزشک معالج بیمار سوال کنیم.

✓ اطلاعاتمان را به روز کنیم.





- ✓ ایمان داشته باشیم که آموزش ما به بیمار، آموزش به یک جامعه است.
- ✓ با بیمارمان همدلانه حرف بدهیم.
- ✓ آموزش های ما با درک شرایط اجتماعی - اقتصادی بیمار باشد.
- ✓ خلاصه ولی کامل و مفید آموزش دهیم.
- ✓ خلاصه ای از آموزش ها را به صورت مکتوب در اختیار بیمار بگذاریم.
- ✓ از بیمار باز خورد دریافت کنیم.
- ✓ او را در گفتگو شرکت دهیم.
- ✓ از او بخواهیم در مورد ابهاماتش با ما صحبت کند.



مراحل آموزش سلامت به مددجو

✓ برای موفقیت در امر آموزش، باید از یک روش سیستماتیک استفاده کنیم:

✓ ارزیابی فردی مددجو

✓ تعیین نیازهای آموزشی مددجو

✓ برنامه ریزی جهت آموزش

✓ اجرای برنامه آموزشی

✓ ارزشیابی فرایند آموزش

محور های اصلی آموزش به مددجو



آموزش زمان پذیرش شامل:

۱- معرفی فرد آموزش دهنده به بیمار

۲- آشنایی با محیط فیزیکی بخش، مقررات بیمارستان، روتین بخش (زمان غذا

دادن، ساعات ملاقات، ساعات گرفتن علائم حیاتی روتین، زمان دارو دادن و...)

۳- آموزش استفاده از وسایلی مانند: زنگ اخبار، تخت، تلفن، کلید های چراغ

برق، تلویزیون و ...

پرستار ادمیت کننده، مسئول آموزش زمان پذیرش می باشد.



7/29/2024



آموزش حین بستری

۱- افزایش آگاهی بیماران در مورد خصوصیات بیماری (نام بیماری، فرایند بیماری، ریسک فاکتور ها، علائم و نشانه ها و عوارض)

۲- افزایش آگاهی بیماران در مورد درمان بیماری (معاینات لازم برای تشخیص بیماری، درمان های موجود بیماری (دارویی، جراحی)، انواع اقدامات پاراکلینیکی لازم (رادیولوژی، پاتولوژی، آزمایشگاه)، عوارض دارویی و روش برخورد با عوارض، مراقبت قبل و بعد از اعمال جراحی و بیهوشی در صورت انجام و نحوه برخورد با آن، رژیم غذایی و ...)



آموزش زمان ترخیص

- ۱- نحوه مصرف داروهای تجویز شده در منزل
- ۲-مراجعه مجدد(در صورت نیاز و دستور پزشک) به درمانگاه
- ۳-تاکید بر تداوم در مان و پیگیری تست های تشخیصی
- ۴- فعالیت های روزانه
- ۵-تحويل پمفلت آموزشی



چند نکته کلیدی برای موفقیت آموزش سلامت به مددجو



موانع یادگیری را برطرف کنید.

موانع جسمی: درد، نقص شنوایی، بینایی

موانع عاطفی: اضطراب

زبان و فرهنگ



توجه بیمار را جلب کنید.

👉 منظور خود را از آموزش بیان کنید.

👉 تن صدایتان را تغییر دهید.

👉 از وسایل کمک آموزشی استفاده کنید.

👉 از زندگی روزمره بیمار، مثال بیاورید.

👉 مطالب را خلاصه کنید.



بر اطلاعات پایه و اساسی تاکید کنید.

Simple ✓

Specific ✓

Short ✓

✓ از زبان ساده روز مره استفاده کنید.

✓ اختصاصاً در مورد آنچه باید بیمار بداند صحبت کنید.

✓ جلسات آموزشی باید کوتاه و مکرر باشد که باعث هضم اطلاعات شود. (۱۵-۳۰ دقیقه)



✓ آموزش به بیمار باید با کمک گرفتن از آنچه بیمار قبل از شروع آموزش می داند، آغاز شود.

✓ انتقال مطالب سنگین و پیچیده عموماً موجب شکست در روند آموزش می شود.

✓ بیمار باید به راحتی بتواند مطالب را درک کند.

✓ هرگز نباید تصور کرد که یک بیمار باید همه چیز را در رابطه با یک موضوع بداند.





- ✓ آموزش باید به شیوه ای قابل فهم برای بیمار و اطرافیانش ارائه گردد.
- ✓ آموزش باید از ذکر مسایل ساده آغاز شده و به طرف مسایل پیچیده حرکت کند.
- ✓ سعی نکنید که انبوهی از اطلاعات را در زمان محدود به بیماران بدهید.
- ✓ جهت ارائه مطالب، آموزش باید از چیزهایی که اطمینان دارید می دانند به سمت چیزهایی که نمی دانند باشد.



بیشترین استفاده را از زمان بکنید.


آموزش و مراقبت را همزمان کنید. 


خانواده بیمار را در آموزش مشارکت دهید. 

از مواد نوشتاری کمک بگیرید. 



درک بیمار را از آموزش ارزشیابی کنید.

از بیمار بخواهید مطالبی را که تاکنون به او آموخته اید تکرار کند. 

همواره یک متن آموزشی داشته باشید تا پس از آموزش آن را به بیمار بدهید تا با 

خواندن آن از فراموش کردن مطالب جلوگیری گردد.



وظایف سوپروایزر آموزش سلامت

گام اول:

- ۱- نیاز سنجی آموزشی بیماران
- ۲- تهیه محتوای آموزشی بر اساس نیاز سنجی انجام شده
- ۳- تهیه مقررات هر بخش
- ۴- آموزش و آماده سازی پرسنل جهت آموزش بدو ورود



محتوای آموزش : آنچه که در هر مرحله از دوره بستری در بیمارستان باید به بیمار آموزش داده شود.

✓ محتوای برنامه های آموزش سلامت به بیمار، باید بر اساس آخرین اطلاعات پزشکی باشد.

✓ از نظر صحت علمی معتبر باشد.

✓ محتوا باید تا حد امکان خلاصه باشد.

✓ محتوای آموزشی باید به نحو قابل فهم و ساده برای فراگیران مورد نظر تهیه گردد و بدون استفاده از کلمات تخصصی بیان شوند.

✓ متناسب با سواد بیماران باشد.

✓ مطالب مهم باید مشخص گردند. مثلاً: با حروف درشت تر یا کشیدن خط زیر آنها.



گام دوم:

- تهیه رسانه های آموزشی
- شروع آموزش بدو ورود



خصوصیات یک رسانه آموزشی مخصوص آموزش سلامت به بیماران

از نظر قابلیت های تصویری و خواندنی:

- ✓ دستورات عمل های آن توسط بیمار قابل اجرا باشد.
- ✓ دارای جذابیت باشد.
- ✓ همراه با تصویر باشد.
- ✓ متناسب با سطح معلومات بیمار باشد.

از نظر طراحی:

- ✓ به قلم حروف دقت شود.
- ✓ رنگ متن دارای اهمیت فراوان است.
- ✓ باید از جملات در پاراگراف های کوتاه و فضای پیش زمینه روشن استفاده کرد.



گام سوم:

- ۱- تشکیل جلسات آموزشی جهت پرسنل پرستاری (مهارت های برقراری ارتباط، اصول آموزش به مددجو، انواع روش های آموزشی و رسانه های آموزشی)
- ۲- آشنا سازی پرسنل با پروتکل آموزش سلامت به مددجو
- ۳- هماهنگی جهت تکثیر رسانه های آموزشی تهیه شده



وضعیت آموزش به بیمار در کشور

اگر چه آموزش به بیمار از اولویت ها و استانداردهای مراقبت های پرستاری است با این حال مطالعات انجام شده و تجربیات پژوهشگران در بالین حاکی از عدم آموزش کافی مورد نیاز بیمار توسط پرستاران می باشد.



موانع آموزش به بیمار

چنانچه مطالعات نیز نشان می دهد در کشور ما برنامه آموزش به بیمار از وضعیت مطلوب برخوردار نمی باشد و از شواهد و قرائن چنین بر می آید که آموزش بیمار یا اجرا نمی شود و یا این که بسیار ناقص و نامنظم اجرا می گردد و به نظر می رسد که در اجرای آموزش بیمار موانع و مشکلات فراوانی برای پرستاران وجود دارد.

نتایج مطالعات مختلف نشان می دهد:

کمبود وقت، کمبود پرسنل، منابع ناکافی و محیط نامناسب فقدان دانش و آگاهی پرستار و اهمیت ندادن به این وظیفه از موانع آموزش محسوب می شوند. در این میان عدم اعتقاد پرستار به نقش آموزشی خود مهم ترین عامل بازدارنده به شمار می رود.



موانع آموزش به بیمار

نویسندگان متعددی موانع عمده ای را که پرستار در ایفاء نقش آموزشی با آن مواجه است بر شمرده اند که عبارتند از:

- ۱- فقدان وقت کافی برای آموزش کوتاه بودن زمان اقامت در بیمارستان، ترخیص زود هنگام.
- ۲- وظایف متعدد موجب گشته تا وقت کافی برای آموزش فراهم نشود.
- ۳- متأسفانه اخیراً مهارت های لازم برای انجام آموزش، کمتر به دانشجویان تعلم داده می شود.
- ۴- آموزش های نا کافی در زمان تحصیل موجب گشته تا پرستاران خود را شایسته و آماده ارایه آموزش به بیمار ندانند.
- ۵- فراگیری راهکارهای آموزشی توانایی آنها را در آموزش به بیمار افزایش می دهد.
- ۶- ویژگی های فردی پرستار و انگیزه او در آموزش بیمار اولین عامل موفقیت به شمار می رود.



۷- فقدان فضای مناسب، وجود صدای اضافی در محیط، برنامه های درمانی متنوعی که انجام می شود عامل مزاحمی برای آموزش به بیمار محسوب می شود.

۸- اولویت ندادن آموزش به بیمار و پرسنل از طرف مسئولین و اختصاص بودجه ناکافی برای این امر اگر چه پرستاران آموزش را نقش مهمی از وظایف حرفه ای خود می دانند، اما تاکید مدیران بر اجرای آن و دخالت دادن در ارزشیابی ها، این عملکرد را تحت تاثیر قرار می دهد.

۹- حمایت نکردن از برنامه های آموزشی و بی توجهی به انجام آن

۱۰- بی علاقهگی بیمار و بکار نبردن آموزش ها توسط او موجب گشته تا پرستاران و پزشکان در مورد فواید آموزش تردید نمایند.

۱۱- موضوعات مختلفی که توسط افراد گوناگون بدون هماهنگی و منقطع ارایه می شود در آموزش

بیماران اختلال ایجاد می کند در حالی که واگذاری مسئولیت و ایجاد هماهنگی و حفظ تداوم و

ارتباط مناسب بین افراد تیم می تواند تاثیر بسزایی داشته باشد.



مثالی از فرآیند آموزش به مددجو



بررسی و شناخت بیمار براساس فرآیند پرستاری

بیمار آقای کریمی ۴۹ ساله با تشخیص فشار خون بالا بستری شده است. بیماری وی در طی یکسال گذشته شدت گرفته است.

آقای کریمی این بار با فشار خون ۱۸۰/۱۰۰ بستری شده است. او در مورد محدودیت های رژیم غذایی اطلاعات ناقص دارد و علاوه براین به رعایت رژیم غذایی تمایلی ندارد. او معتقد است که رعایت رژیم غذایی برای او و خانواده اش دردسر ساز است. او کارمند اداره ثبت است و هیچ گونه تحرک بدنی و برنامه ورزشی منظمی را دنبال نمی کند. آقای کریمی تمایل دارد که نحوه صحیح اندازه گیری فشار خون را یاد بگیرد تا در منزل بتواند خودش فشار خون را کنترل نماید. آقای کریمی نحوه صحیح استفاده از داروها را می داند و رژیم دارویی خود را به طور صحیح دنبال می کند.



تشخیص های پرستاری

۱- کمبود آگاهی درباره فرآیند بیماری

۲- عدم رعایت رژیم غذایی در رابطه با کمبود آگاهی و نحوه زندگی

۳- احتمال اختلال در مراقبت در منزل در رابطه با کمبود مهارت در مورد نحوه صحیح اندازه گیری فشار خون

۴- الگوی نامناسب زندگی در مورد عدم استفاده از یک برنامه ورزشی منظم



تعیین نیازهای آموزش بیمار

با استفاده از :

✓نیازهای خود بیمار

✓بررسی بیمار در طی فرآیند پرستاری



نیاز های آموزشی آقای کریمی

نیاز به آموزش در مورد:

✓ فرآیند بیماری

✓ الگوی زندگی و فعالیت های روزانه

✓ رژیم غذایی

✓ نحوه صحیح اندازه گیری فشار خون



درمورد هر یک از نیاز های آموزشی باید طرح آموزشی تهیه گردد.

که باید مراحل زیر طی شود:

۱- تعیین اهداف: هدف کلی و اهداف رفتاری

۲- شیوه تدریس در هر جلسه آموزشی

۳- منابع آموزشی

۴- ارزشیابی



آموزش علائم فشار خون بالا و سیر آن

نیاز آموزشی: نیاز به کسب اطلاعات در مورد علائم فشار خون بالا و سیر آن



۱- تعیین اهداف:

هدف کلی:

از آقای کریمی انتظار می رود در پایان یک جلسه آموزشی اطلاعات صحیح و کافی در مورد بیماری کسب کند.

اهداف رفتاری:

- بیمار قادر باشد مفهوم فشار خون بالا را شرح دهد.
- بیمار بتواند پس از اتمام جلسه آموزش تغییرات ایجاد شده در عروق خونی را با رسم یک شکل ساده نشان دهد.
- بیمار بتواند علائم بیماری فشار خون بالا را نام ببرد.

شیوه تدریس

- روش توضیحی
- پرسش و پاسخ
- ترسیم شکل

طول جلسه آموزش:

یک جلسه ۲۰ دقیقه ای

منابع آموزشی

۱- وسایل کمک آموزشی:

- تخته وایت بورد و ماژیک
- پوستر
- جزوه آموزشی

۲- منابع انسانی: یکی از اعضای خانواده مددجو

۳- فضای آموزشی: اتاق بیمار

ارزیابی

- بیمار مفهوم فشار خون بالا را توضیح دهد.
- با رسم شکلی ساده تغییرات عروق خونی را نشان دهد.
- بیمار علائم بیماری را نام ببرد.

اجرای فرآیند آموزش

❖ جلسه آموزش بر اساس نیازهای آموزشی تعیین شده و طبق طرح تنظیم شده در یک جلسه ۲۰ دقیقه ای اجراء گردید.

❖ درابتدای جلسه توانایی بیمار و میزان تمایل وی مورد بررسی قرار گرفت.

❖ بیمار جهت آموزش آمادگی داشت.

❖ جلسه آموزش در اتاق بیمار صورت گرفت اما جهت افزایش تمرکز بیمار از پاراون دراطراف تخت بیمار استفاده شده تا فضای خلوتی برای بیمار فراهم شود.

❖ در حین آموزش دختر بیمار نیز حضورداشت.



اجرای فرآیند آموزش

مطالب با روش توضیحی برای بیمار ارائه شد.

محتوای آموزشی که ارائه شد عبارت بودند از :

✓ تعریف بیماری، سیر بیماری، علل و علائم بیماری

✓ تغییرات عروقی ایجاد شده با رسم شکل بر روی وایت بورد برای بیمار نشان داده شد.

✓ از یک پوستر نیز جهت درک بهتر مطالب استفاده شد.

✓ در حین روش توضیحی، بیمار و فرزندش سؤالات خود را می پرسیدند و با روش پرسش و پاسخ به سؤالات آنها پاسخ داده می شد.

✓ به بیمار فرصت کافی داده می شد که در مورد مطالب فکر کند.

✓ در پایان، محتوای آموزشی در قالب یک جزوه آموزشی ۲۰ صفحه ای به بیمار داده شد. تا

جهت افزایش عمق یادگیری و در مواقع لزوم از آنها استفاده نماید.



عدم رعایت رژیم غذایی

نیاز آموزشی:

درک اهمیت و لزوم رعایت رژیم غذایی مناسب
کسب اطلاعات در زمینه نوع رژیم غذایی



اهداف

هدف کلی:

از آقای کریمی انتظار می رود پس از شرکت در جلسه آموزشی رژیم غذایی متناسب با بیماری خود راعایت نماید.

اهداف رفتاری:

- ۱- بیمار با علاقه اهمیت رعایت رژیم غذایی را با توضیح دهد (حیطه عاطفی).
- ۲- بیمار قادر باشد محدودیت های غذایی در رابطه با بیماری را شرح دهد. (حیطه آگاهی)

شیوه تدریس

۱- ارائه اطلاعات در مورد نوع رژیم غذایی به روش توضیحی

۲- آموزش اهمیت رعایت رژیم به شیوه ایفاء نقش

۳- روش حل مسأله در حضور اعضای خانواده جهت از بین بردن موانع موجود در رعایت رژیم غذایی در منزل

منابع آموزشی

وسایل کمک آموزشی:

۱- پمفلت آموزشی

نیروی انسانی:

۲- اعضای خانواده جهت شرکت در جلسه حل مسأله

۳- بیماران دیگر مبتلا به فشار خون بالا جهت ایفاء نقش

فضای آموزش: اتاق بیمار و سالن کنفرانس بخش قلب

تعداد و مدت جلسات

۳ جلسه:

✓ جلسه توضیحی: ۱۵ دقیقه

✓ جلسه ایفاء نقش و حل مسأله هر کدام

۲۵ دقیقه



ارزیابی

- ۱- بیمار اهمیت رعایت رژیم غذایی خود را شرح دهد.
- ۲- بیمار قادر باشد یک رژیم غذایی مناسب، برای یک هفته آینده خود بنویسد.



اجراء جلسه آموزشی در مورد رژیم غذایی

جلسه اول: روش توضیحی

- ۱- مطالب در مورد نوع محدودیت های رژیم غذایی به روش توضیحی برای بیمار بیان شد.
- ۲- به بیمار آموزش داده شد که از مصرف چه موادی پرهیز کند، مصرف چه موادی را محدود نماید و این که چه موادی را می تواند آزادانه مصرف کند.
- ۳- در مورد تعداد دفعات و حجم مواد غذایی در هر بار تغذیه توضیح داده شد.
- ۴- جهت استفاده در منزل نیز پمفلت آموزشی تحویل داده شد.



اجراء جلسه آموزشی در مورد رژیم غذایی

جلسه دوم: روش ایفاء نقش پیرامون اهمیت و لزوم رعایت رژیم غذایی به مدت ۲۵ دقیقه

۱- یک سناریو درمورد اثرات عدم رعایت رژیم غذایی نوشته شد و توسط ۳ نفر از بیماران دیگر مبتلا به فشار خون بالا ایفاء نقش شد.

۲- در حین ایفاء نقش بیمار نگرش خود را نسبت به رعایت رژیم غذایی بیان کرد و با نگرش های سایر بیماران مواجه شد.

۳- در پایان جلسه به سوالات پاسخ داده شد.



اجراء جلسه آموزشی در مورد رژیم غذایی

جلسه سوم: حل مسأله عدم رعایت رژیم غذایی در منزل

- ۱- جلسه حل مسأله با حضور خود بیمار و ۳ نفر از اعضاء خانواده تشکیل شد.
- ۲- مشکلات موجود در رعایت رژیم غذایی مطرح شد.
- ۳- هر یک از اعضاء خانواده به بیان دیدگاه ها و نظرات خود پرداختند.
- ۴- راه حل های احتمالی با کمک اعضاء نوشته شد.
- ۵- اعضاء خانواده در مورد هر کدام از راه حل ها، فواید و مشکلات را بیان کردند و نظرات مخالف و موافق را ذکر کردند.
- ۶- راه حل های مختلف با هم مقایسه شد.
- ۷- از بین راه حل ها یک راه حل انتخاب و به بیمار و خانواده توصیه شد.



آموزش نحوه صحیح اندازه گیری فشار خون



اهداف

هدف کلی:

بیمار نحوه صحیح اندازه گیری فشار خون را یاد بگیرد.

اهداف رفتاری:

بیمار قادر باشد با استفاده از فشار سنج فشار خون را به طور صحیح اندازه گیری نماید.

شیوه تدریس

□ نمایش عملی

□ پخش فیلم

منابع آموزشی

وسایل کمک آموزشی:

۱- دستگاه فشار سنج

۲- فیلم آموزشی

نیروی انسانی: یکی از اعضاء خانواده

فضای آموزش: اتاق بیمار

روش ارزیابی

در پایان جلسه بیمار بتواند با استفاده از فشار سنج، فشار خون را به طور صحیح اندازه گیری نماید.

تعداد و مدت جلسات

۱ جلسه به مدت ۲۰ دقیقه



اجراء جلسه آموزشی در مورد نحوه اندازه گیری فشار خون

- با حضور بیمار و یکی از اعضاء خانواده جلسه آموزشی به صورت نمایش عملی تشکیل شد.
- در ابتدا توضیح شفاهی در مورد مراحل اندازه گیری فشار خون داده شد.
- سپس مراحل انجام کار به صورت عملی نمایش داده شد.
- پس از پایان نمایش عملی به بیمار فرصت داده شد تا همان مراحل را انجام دهد.
- اشکالات بیمار با نشان دادن فیلم آموزشی برطرف شد و به سؤالات بیمار پاسخ داده شد.



آموزش استفاده از یک برنامه ورزشی منظم



۱- تعیین اهداف:

هدف کلی:

از مددجو انتظار می رود در پایان جلسه برنامه ورزشی منظمی را اجرا نماید.

اهداف رفتاری:

- ۱- بیمار اهمیت پیروی از برنامه ورزشی منظم را توضیح دهد.
- ۲- بیمار بتواند پس از اتمام جلسه آموزش یک برنامه ورزشی برای یک هفته آینده خود تدوین نماید.

منابع آموزشی

وسایل کمک آموزشی:

۱- فیلم آموزشی

فضای آموزش: اتاق بیمار

شیوه تدریس

□ روش توضیحی

□ پخش فیلم

روش ارزیابی

در پایان جلسه بیمار بتواند یک برنامه ورزشی مناسب برای یک هفته آینده خود تدوین کند.

تعداد و مدت جلسات

۱ جلسه به مدت ۲۰ دقیقه



اجراء جلسه آموزشی در مورد برنامه ورزشی

۱- اهمیت انجام ورزش های منظم برای بیمار به روش توضیحی شرح داده شد.

۲- انواع ورزش های مناسب و نحوه انجام آنها با پخش یک فیلم آموزشی به مدت ۲۰ دقیقه نمایش داده شد.

۳- در پایان به سوالات بیمار پاسخ داده شد.

A collection of vibrant pink roses with green leaves is scattered across a white, slightly wrinkled fabric background. The roses are in various stages of bloom, some fully open and others as buds. The lighting is soft, highlighting the delicate petals and the texture of the fabric.

از توجه شما سپاسگزارم