بسم الله الرحمن الرحيم

راهنمای مراقبت از بیمار

دکتر دینا سادات علوی، مسئول علمی شبکه مراقبت در منزل

محتوای این کتابچه بر مبنای تجربیات پزشکان حوزه طب تسکینی مکسا شعبه اصفهان و بر اساس سوالات متداول خانواده‌ها و مراقبین بیماران بستری در منزل تدوین گردیده است. نویسنده از نقدها و نظرات خوانندگان گرامی در جهت ارتقای محتوای ارائه شده به گرمی استقبال می‌کند.

سرشناسه	علوی، دینا سادات، ۱۳۶۰-
عنوان و نام پدیدآور	راهنمای مراقبت از بیمار/ نویسنده دیناسادات علوی؛ ویراستار علمی مهشید فرشیدنژاد.
مشخصات نشر	اصفهان: چشمه آفرینش، ۱۴۰۲.
مشخصات ظاهری	۲۸ ص.: مصور، جدول؛ ۱۴/۵×۲۱/۵ س‌م.
شابک	978-622-5543-30-0
وضعیت فهرست نویسی	فیپا
موضوع	سرطان -- بیماران -- مراقبت
	Cancer -- Patients -- Care
شناسه افزوده	فرشیدنژاد، مهشید، ۱۳۶۶-، ویراستار
رده بندی کنگره	RC۲۶۶
رده بندی دیویی	۷۳۶۹۸/۶۱۰
شماره کتابشناسی ملی	۹۲۶۳۳۶۵
اطلاعات رکورد کتابشناسی	فیپا

مکسا

موسسه نیکوکاری کنترل سرطان ایرانیان

عنوان کتاب	راهنمای مراقبت از بیمار
نویسندگان	دکتر دیناسادات علوی
ویراستار علمی	دکترمهشید فرشید نژاد
ناشر	چشمهٔ آفرینش
طراحی جلد و صفحه‌آرایی	سمیه پشم فروش زاده
شابک	۹۷۸-۶۲۲-۵۵۴۳-۳۰-۰
نوبت و سال چاپ	اول/ ۱۴۰۲
تیراژ	۱۰۰۰جلد
قیمت	۴۵.۰۰۰ تومان

نشرچشمه‌آفرینش

اجرا: مؤسسه فرهنگی هنری و نشر چشمهٔ آفرینش اصفهان

کلیه حقوق برای مؤلف و ناشر محفوظ است.
مرکز پخش: اصفهان، خیابان فیض، مجتمع نگین، طبقه سوم
مؤسسه فرهنگی هنری چشمهٔ آفرینش اصفهان ۰۹۱۳۱۱۵۲۸۱۴

کتابچهٔ آموزشی برای بیماران مبتلا به سرطان

راهنمای مراقبت از بیمار

فهرست مطالب

بخش اول:شناسایی و کنترل مشکلات جسمی و روانی بیماران در منزل ۷

اصول تغذیهٔ بیماران ۸

کنترل تهوع و استفراغ ۹

کنترل یبوست ۱۰

کنترل درد ۱۱

پلکان مسکن‌ها ۱۱

کنترل التهابات و زخم‌های دهانی ۱۲

اصول کنترل زخم بستر ۱۳

اصول کنترل دلیریوم یا بی‌قراری ۱۵

بخش دوم: جدول کالری غذاهای پرمصرف ۱۷

بخش سوم: سوالات رایج و تلفن‌های تماس مکسا ۲۳

خدمات مراقبت در منزل شامل چه بیمارانی می‌شود؟ ۲۴

خدمات مراقبت در منزل به چه شکل ارائه می‌شود؟ ۲۴

حداقل تجهیزات و اقدامات لازم برای مراقبت در منزل چیست؟ ۲۵

مواردی که لازم است بلافاصله به پزشک مرکز اطلاع دهید کدام است؟ ۲۵

خدمات مرکز در کلینیک بازتوانی و شبکه مراقبت در منزل چیست؟ ۲۵

آیا حمایت نقدی از بیماران مانند کمک هزینهٔ درمان در بستهٔ خدماتی وجود دارد؟ ۲۶

آیا تحویل دارو به بیماران در بستهٔ خدماتی وجود دارد؟ ۲۶

آیا در این مرکز خدماتی نظیر شیمی‌درمانی و پرتودرمانی ارائه می‌شود؟ ۲۶

شمارهٔ تماس جهت مشاوره پزشکی و درخواست خدمات مراقبت در منزل ۲۷

ارتباط با مکسا ۲۸

مقدمه

مراقبین عزیز!
بسیاری از مشکلات جسمی و روانی بیمار شما در منزل و توسط تیم متخصص مکسا و با کمک خودتان قابل رفع است.
مطالعهٔ این کتاب آمادگی لازم را در شما برای مواجهه و رفع سریع این مشکلات ایجاد می‌کند تا بدون نگرانی و با اطلاعات علمی، در این موارد به بیمار کمک کرده و بتوانید در شرایط سخت‌تر نیز از تیم درمانگران مکسا مشاوره و کمک بگیرید.

نکتهٔ مهم:

بیمار در دوران بیماری خود علاوه بر نیازهای پزشکی نیاز به مراقبت‌های روان‌شناختی نیز دارد، در این موارد می‌توانید از خدمات روان‌شناختی مکسا استفاده کنید:

- تغییرات خلقی شدید نسبت به قبل و در خود فرورفتن؛
- خشم از بیماری و اطرافیان و کم‌تحمل شدن نسبت به آن‌ها؛
- عدم همکاری برای ادامهٔ درمان مؤثر؛
- اختلالات خواب و اشتهای ناشی از شرایط روانی بیمار؛
- ترس از جدا شدن از خانواده (ترس از مرگ)؛
- نا امیدی از درمان، زندگی و از دست دادن معنای زندگی؛
- بی‌قراری ناشی از اضطراب و نگرانی؛
- هذیان گویی و کاهش آگاهی نسبت به زمان، مکان و اشخاص.

همچنین در این موارد می‌توانید از مراقبین معنوی مکسا کمک بگیرید:

- باورهایی مانند فراموش شدن از جانب خداوند؛
- خشم نسبت به خداوند؛
- از دست دادن ارزش‌ها و باورهای قبلی معنوی – مذهبی؛
- خودفراموشی یا احساس تنفر و دوری از خود؛

و ... .

بخش اول

کنترل مشکلات جسمی بیماران در منزل

اصول تغذیهٔ بیماران

- جلوگیری از کاهش وزن با استفاده از تغذیهٔ صحیح و رساندن کالری و پروتئین کافی به بیمار، مهم‌ترین مسأله در کنترل مشکلات بیمار است.
- با توجه به بی‌اشتهایی بیمار ناشی از ماهیت بدخیم بیماری، تنظیم رژیم غذایی مؤثر نیازمند استفاده از نظر کارشناس تغذیه در طول دوره بیماری است.
- دریافت حداقل یک نوبت ویزیت مشاورهٔ تغذیه در ابتدای تشکیل پرونده و ارائه خدمات ضروری است.
- برای دریافت نوبت می‌توانید حضوری یا تلفنی با مسئول پذیرش هماهنگ کنید.

اما به صورت کلی، رعایت نکات زیر نیز به افزایش کالری دریافتی بیمار کمک می‌کند:

- تغذیهٔ بیمار در حجم کم و دفعات متعدد انجام شود.
- مصرف غذا با طعم‌ها و بافت‌های متفاوت و متنوع باشد.
- استفادهٔ بیشتر از روغن زیتون، کره، خامه، کانولا،کلزا، گوشت، تخم مرغ، مرغ، ماهی، نخود، عدس و ... در غذاهای بیمار توصیه می‌شود.
- هیچ مادهٔ غذایی نباید از رژیم بیمار مبتلا به سرطان حذف شود اما در دوران درمان به خصوص پس از جراحی، شیمی‌درمانی یا رادیوتراپی، پروتئین اضافی معمولاً برای بهبود وضعیت تغذیهٔ بیمار مورد نیاز است.
- استفادهٔ بیشتر از غذاهایی که در حجم کم، کالری بیشتری نسبت به سایر خوراکی‌ها دارند مانند کره مغزیجات، ارده شیره، بستنی و .... توصیه می‌شود.
- توصیه می شود برای جلوگیری از کاهش وزن بیشتر ،رژیم غذایی روزانه بیمار ، شامل حدود ۲۰۰۰ کیلوکالری از مواد غذایی مختلف (جدول کالری ها در انتهای بروشور) و شامل حدود ۱۰۰ گرم پروتئین باشد (منابع پروتئین قوی شامل گوشت قرمز، گوشت سفید ، سفیده تخم مرغ و...).

جدول کالری مواد غذایی در بخش دوم قابل مشاهده است.

- مصرف غذا در محیطی آرام با تهویهٔ مناسب، بدون بو (شامل بوهای بد محیط یا حتی بوی ناشی از طبخ غذا) در ساعت مناسب و به دور از تحریکات محیطی استرس آور ازجمله اخبار ناگوار رسانه‌ها و .... باشد.

• مصرف غذای بیمار به صورت تزئین شده و در وعده‌هایی که امکانش باشد همراه با سایر اعضای خانواده باشد.

• مصرف مکمل‌های خوراکی مانند: پودرهای مکمل انشور، انواع اینترامیل‌ها، گلوسرنا، پپتامن، پیور پروتئین و بعضی انواع شیرخشک، با تجویز مشاور تغذیه جهت افزایش کالری دریافتی بیمار توصیه می‌شود.

• از لولهٔ معده(NGT) و در مواردی لولهٔ گاستروستومی (PEG) برای رساندن کالری کافی به بدن بیمار در صورت عدم تحمل تغذیهٔ دهانی یا مشکلات بلع استفاده می‌شود و تغذیهٔ وریدی (سرم درمانی) تقریباً جایی در تغذیهٔ بیمار ندارد.

کنترل تهوع و استفراغ

• تهوع یک علامت مهم و آزاردهنده بوده و باید با مشورت پزشک به طور جدی و مؤثر با روش‌های دارویی و غیرداویی کنترل شود.

برخی از روش‌های کاهش تهوع:

• تغذیهٔ بیمار در حجم کم و دفعات متعدد؛

• مصرف داروهای ضد تهوع، ۳۰ دقیقه قبل از صرف غذا؛

• استراحت دادن به معده به مدت ۳۰ تا ۴۵ دقیقه در صورت استفراغ و خروج ترشحات از معده و سپس استفاده از غذای رقیق و ترجیحاً خنک بعد از هربار استفراغ؛

• مصرف غذا در محیطی با تهویهٔ مناسب و بدون بو شامل بوهای بد محیط یا حتی بوی ناشی از طبخ غذا.

روش‌های دارویی:

برخی از داروهای مؤثر برای کاهش تهوع که می‌توانید با مشورت پزشک مرکز برای بیمارتان استفاده کنید عبارتند از:

در موارد تهوع خفیف،

• کپسول دارویی یا فرم تازه زنجبیل؛

• قرص ویتامین ب۶.

در موارد متوسط تا شدید تهوع یا استفراغ،

- قرص یا آمپول متوکلوپرامید (پلازیل) با حداکثر دوز ۴ عدد روزانه (هر ۶ ساعت)؛
- قرص یا آمپول اوندانسترون ۴ میلی‌گرم (دمیترون) با حداکثر دوز ۶ عدد روزانه (هر ۴ ساعت)؛
- قرص یا آمپول گرانیسترون (کیتریل) یا آمپول دگزامتازون یا داروهای دیگر نیز ممکن است برای بیمار تجویز شود.
- ابتدا از قرص و در موارد استفراغ و خروج دارو از معده، از شکل تزریقی دارو (عضلانی، وریدی یا زیرجلدی) استفاده می‌شود.

هشدار: استفراغ خونی (به رنگ قهوه‌ای تیره) یک اورژانس پزشکی بوده و باید بلافاصله به پزشک مرکز اطلاع داده شود.

کنترل یبوست

- یبوست به معنی دفع با فاصلهٔ بیش‌تر از سه روز و یا دفع دردناک با قوام سفت و همراه با احساس ناراحتی است.
- تغذیهٔ نامناسب، مصرف کم مایعات و بسیاری از داروها به خصوص داروهای مخدر که اغلب برای کنترل درد غیرقابل اجتناب هستند، می‌توانند باعث ایجاد یبوست شوند.
- درصورت وجود یبوست باید درمان در اسرع وقت آغاز شده و تأخیر درمان برای بیشتر از ۳ روز درست نیست.

برخی روش‌های کنترل یبوست عبارتند از:

- استفاده از ملین‌ها مانند: ۱- روغن زیتون، ۲- خاکشیر در آب گرم صبح ناشتا، ۳- اضافه کردن سبوس گندم به غذا،میوه‌هایی مثل کیوی و آلو در رژیم غذایی بیمار.
- در صورت شروع یبوست می‌توانید از داروهای پودر پیدرولاکس ، شربت لاکتولوز و یا شربت شیر منیزیوم (MOM) به صورت روزمره برای بیمارتان استفاده کنید. تنظیم دوز با توجه به پاسخ بیمار به گونه‌ای باشد که یبوست بیمار را برطرف کند و سبب بروز اسهال نیز نشود:

هشدار: درصورتی که یبوست با علائمی مانند عدم دفع گاز از روده، استفراغ و درد شدید شکمی همراه باشد، ممکن است نشان‌دهندهٔ انسداد روده بوده و یک اورژانس پزشکی است. در این مواقع مصرف ملین ممنوع بوده و باید بلافاصله به پزشک مرکز اطلاع داده شود.

کنترل درد

- همهٔ سرطان‌ها درد ندارند ولی در برخی از انواع سرطان، درد با شدت متوسط تا شدید به دلایل مختلف ایجاد می‌شود. با این وجود هیچ دردی طبیعی یا غیرقابل درمان در نظر گرفته نمی‌شود و بیمار هرگز مجبور به تحمل درد نیست.
- درد می‌تواند منجر به بی‌قراری، بی‌خوابی، حالت تهوع، بی‌اشتهایی و حتی ایجاد حالت گیجی در بیماران شود.
- برای کنترل درد، درمان‌های مختلف دارویی و غیردارویی مانند مسکن‌های غیرمخدر، مسکن‌های مخدر، پمپ کنترل درد، بلوک ریشه‌های عصبی و .... وجود دارد.

روش علمی «پلکانی» برای کنترل درد این‌گونه است:

- برای به حداقل رسیدن عوارض در بیمار مبتلا به سرطان،درمان با مسکن‌های ساده و کم عارضه (مثل استامینوفن) شروع می‌شود و مرحله به مرحله، داروهای قوی‌تر به استامینوفن اضافه می‌شوند.
- برای کنترل درد، دارو باید براساس دستور پزشک با دوز کافی، منظم و سر ساعت استفاده شود.
- برای مصرف دارو جهت کنترل درد بیمار منتظر شروع درد نمی‌مانیم.
- در مواردی برای کنترل درد استفاده از دوز بالای داروهای مخدر لازم است. این داروها به صورت کاملاً علمی در همهٔ کشورها برای بیماران با درد شدید استفاده می‌شوند.
- استفاده از مخدرهای غیردارویی مثل تریاک، شیره و ... برای کنترل درد غیرعلمی و پرخطر است.(نامشخص بودن دوز مخدر و وجود ناخالصی‌های همراه)
- داروهای مخدر لزوماً باعث ایجاد اعتیاد یا عوارض شدید و غیرقابل درمان در بیمار نمی‌شوند و همیشه کنترل درد بیمار در اولویت است. بیمار نباید به علت ترس از اعتیاد، از کنترل دردهای شدید سرطان محروم بماند.
- همهٔ داروهای مسکن (ازجمله استامینوفن و مخدرها) برای معده یا کلیه مضر نیستند.
- در مواردی که از داروهایی مثل دیکلوفناک، بروفن، کتورولاک، ناپروکسن، ملوکسیکام،

ایندومتاسین، دگزامتازون، پردنیزولون و ... استفاده می‌شود، تجویز داروهای کاهنده اسید معده (امپرازول،پنتوپرازول و ...) باعث کاهش عوارض معده‌ای می‌شوند.

- مخدرها اغلب باعث ایجاد یبوست می‌شوند و باید بیمار به صورت روزانه، در کنار آنها از داروهای مؤثر برای یبوست استفاده کند. (بخش اصول کنترل یبوست در این بروشور را ببینید).
- در مواردی که درد متوسط تا شدید وجود داشته و با تجویز اولیه توسط پزشک مرکز قابل کنترل نباشد، توصیه می‌شود که به کلینیک درد بیمارستان امید (دکتر محمدرضا شعربافچی) مراجعه کنید (برگهٔ راهنمای نوبت‌گیری از کلینیک درد را مشاهده کنید).

زخم‌های دهانی:

برای کنترل التهابات و زخم‌های دهانی نکات زیر توصیه می‌شود:

- کمک به بیمار در رعایت بهداشت دهان و دندان در طول مدت بیماری.
- بهترین توصیه برای تمام بیماران شستشوی دهان با آب جوشیده سرد شده (غرغره آب در دهان و خالی کردن آن) هر ۲ ساعت است.
- برای شستشوی دهان و استفاده از داروها برای زخم‌ها و التهابات، در صورتی که بیمار قادر به انجام این کار نباشد، باید خانوادهٔ او با استفاده از آبسلانگ و گاز استریل، تمیز کردن محدودهٔ دهان را انجام دهند.
- برفک دهان و زبان (ضایعات سفید رنگ) ناشی از عفونت قارچی است و برای درمان آن باید پودر نیستاتین را طبق دستور روی دارو، با آب محلول کرده و هر دو ساعت ۱۵ قطره از آن در دهان غرغره شود.
- در مورد زخم‌های وسیع و ضایعات ملتهب و قرمز رنگ داخل دهان، مخلوط داروهای زیر هر ۲ ساعت برای پوشش زخم‌ها و شستشوی دهان استفاده شود:

شربت آلومینیوم ام جی(نصف شیشه)+ شربت دیفن هیدرامین(یک شیشه کامل)+نیستاتین(یک عدد کامل و محلول در آب)+ محتویات آمپول دگزامتازون (یک عدد)

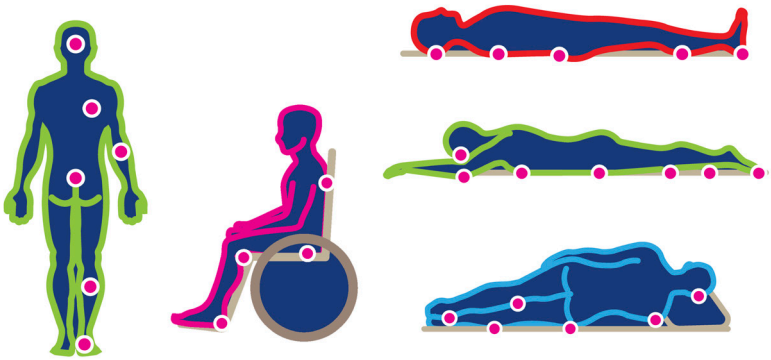
از کل این مخلوط هر دو ساعت مقداری در دهان ریخته شده، غرغره شود و در صورت تحمل و احتمال وجود التهاب در مسیر بلع، مقداری نیز خورده شود.

• در صورت عدم بهبود التهابات دهانی بعد از سه روز، به پزشک مرکز اطلاع دهید.
• جهت تسکین دردهای ناشی از زخم‌های داخل دهان می‌توان ۵ دقیقه قبل از غذا خوردن، ژل لیدوکایین را به صورت موضعی به اندازه‌ای که روی زخم را بپوشاند داخل دهان و روی زخم‌ها نگاه داشته و سپس دهان با آب شسته شود. تا حد امکان از بلع ژل خودداری شود.

اصول کنترل زخم بستر

• تحرک بیمار برای کمک به روحیه، افزایش اشتها و جلوگیری از ضعف عضلات و مفاصل باید حفظ شود و حتی با استفاده از واکر و با همراهی مراقب بیمار و در محدودهٔ داخل منزل، لازم است بیمار حداقل ۱۵ دقیقه در روز پیاده‌روی داشته باشد.
• در مورد بیمار کاملاً ناتوان برای پیاده‌روی که اغلب نشستن را انتخاب می‌کند، استفاده از تشک مواج و تغییر دادن حالت نشستن بیمار هر ۱ تا ۲ ساعت لازم است. تمام قسمت‌های بدن به صورت جداگانه هر ۱ تا ۲ ساعت تغییر حالت داده شوند تا هیچ جایی از پوست بدن دچار قرمزی (زخم بستر درجه یک) نشود.
• در بیماران وابسته به تخت نیز استفاده از تشک مواج و تغییر حالت تمام قسمت‌های بدن بیمار هر ۲ تا ۴ ساعت، ضروری است.
• در ساعات خواب شب که امکان تغییر دادن پوزیشن بیمار کمتر است، توصیه می‌شود غیر از استفاده از تشک مواج در مناطقی از بدن که زودتر دچار قرمزی (زخم بستر درجه یک) می‌شود، فوم‌های مخصوص جلوگیری از زخم روی پوست چسبانده شده و بعد از بیدار شدن، فوم از روی بدن برداشته شود.
• برای بعضی از نقاط بدن که چین‌های پوستی روی هم قرار می‌گیرند مانند شکم، کشالهٔ ران و سینه‌ها، استفاده از اسپری‌های جلوگیری از زخم (مانند سانیرن یا طباسپت یا...)، سودمند است.
• برخی از بیماران، تشک مواج را به هیچ وجه تحمل نمی‌کنند که می‌توان تشک پرشده با ارزن را آزمایش کرد.
• بررسی مداوم و روزانهٔ تمام سطوح پوست بدن بیمار و شناسایی مناطق قرمز شدن پوست (زخم بستر درجه یک) به‌خصوص در قسمت هایی که در هنگام نشستن یا خوابیدن در معرض فشار بیشتری هستند (آرنج، پاشنه پا، باسن، کمر، لاله گوش، استخوان دنبالچه و ....) لازم است.

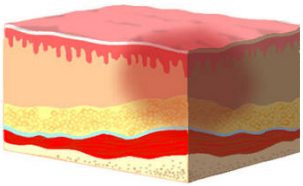
نقاط در معرض زخم بستر:



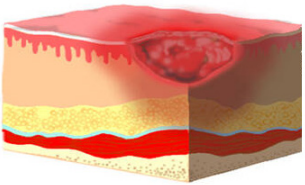
زخم بستر ۴ مرحله دارد که عبارتند از:

- درجه یک : قرمزی پوست؛
- درجه دو: قرمزی و کبودی پوست، گاهی آثار خراش، ساییدگی یا تاول؛
- درجه سه: از بین رفتن تمام پوست و ایجاد زخم باز و اغلب عمیق؛
- درجه چهار: پیدایش لایه‌های زیرین پوست حتی عضلات و استخوان.

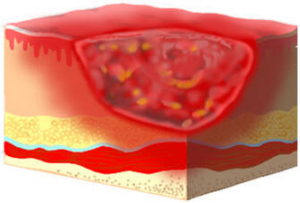
درجه ۱



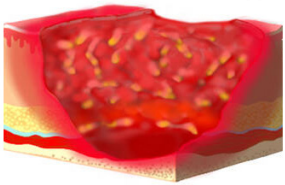
درجه ۲



درجه ۳



درجه ٤



- باتوجه به پیشرفت سریع زخم بستر در سرطان، از درجهٔ یک به دو، سه یا حتی چهار، پیشگیری از بروز زخم بستر با انجام معاینهٔ روزانه و رعایت بهداشت و استحمام روزانهٔ بیمار بسیار اهمیت دارد.

• در صورت عدم امکان استحمام روزانه، لازم است که نقاط تحت فشار و یا در معرض تعریق یا آلودگی به صورت روزانه روی تخت با دستمال مرطوب و به آرامی تمیز و سپس خشک شوند.

• اقداماتی مانند ماساژ قسمت‌هایی از بدن که ماهیچه‌هایش به شدت لاغر شده‌اند، برداشتن پوست اطراف زخم، پانسمان‌های سنتی، شستشو با صابون، بتادین یا الکل و ... توصیه نمی‌شود.

• چرب کردن تمام قسمت‌های بدن بخصوص بعد از شستشوی روزانه، بسیار توصیه می‌شود که با استفاده از انواع روغن‌های گیاهی یا کرم‌های مرطوب کننده یا لوسیون‌ها قابل انجام است.

• در ویزیت‌های مکسا، پانسمان تخصصی زخم بستر توسط تیم تخصصی درمان زخم بستر برای بیمار انجام می‌شود.

هشدار: تشخیص و شروع درمان در مرحلهٔ افزایش خطر ایجاد زخم بستر (نمایان شدن استخوان زیر پوست یا چروکیدگی زیاد پوست) و یا زخم بستر درجه یک (قرمزی پوست)، ازنظر میزان بهبودی و کاهش هزینه‌های درمان بسیار حیاتی است. لذا در صورت مشاهده موارد فوق بلافاصله پزشک مرکز را مطلع کنید.

• برای تهیهٔ وسایل پیشگیری و درمان زخم بستر، میتوانید فرم‌های تخفیف شرکت‌های طرف قرارداد با مکسا را از تیم درمان دریافت کنید.

اصول کنترل دلیریوم یا بی‌قراری

دلیریوم یا روان آشفتگی، یک واقعهٔ حاد ذهنی در بیماران بدحال است که در حدود ۸۰ درصد بیماران مبتلا به سرطان پیشرفته، به درجاتی اتفاق می‌افتد.

دلیریوم می‌تواند با علائمی مانند اختلال در شناخت زمان و مکان و افراد، بی‌قراری، خشم، اضطراب، ترس، هذیان، توهم، صحبت با اموات یا حتی با علائمی شبیه افسردگی بروز پیدا کند.

دلیریوم معمولاً سیر کوتاهی از چند ساعت تا چند روز دارد و در شبانه‌روز این علائم

ممکـن اسـت بـه صـورت نوسـانی تکـرار شـود. عملکـرد ذهنـی بیمـار در بقیه سـاعات شـبانه‌روز می‌توانـد طبیعـی باشـد.

در صورت بروز این علائم در بیمار، به پزشک مرکز اطلاع داده شود؛ اصلاح اختلالات موجود در آزمایش‌های خون و ادرار بیمار با درمان دارویی قابل کنترل است.

بخش دوم

جدول کالری
غذاهای پرمصرف

ماده غذایی	مقدار	کالری
اسفناج خام	۱۰۰گرم	۲۵
الو بخارا	یک عدد	۱۵
انار تازه (دانه)	۱۰۰گرم	۶۰
انار کامل با پوست	۱۰۰کرم	۳۵
انبه هندی	۱۰۰گرم	۶۰
انجیر (تازه)	۱۰۰گرم	۸۰
انجیر خشک	۱۰۰گرم	۲۷۰
انجیر(تازه یا خشک)	یک عدد	۲۵
انگور	۱۰۰گرم	۸۰
انگور(آب)	یک لیوان	۲۲۰
انواع کولا	۱۰۰گرم	۴۰
آب طالبی(بدون شکر)	یک لیوان	۴۵
آجیل	یک لیوان	۷۵۰
آجیل درهم	۱۰۰گرم	۶۵۰
آرد ذرت	گرم ۱۰۰	۳۷۰
آرد گندم	گرم ۱۰۰	۳۶۰
آش جو	یک لیوان	۲۵۰
آش دوغ	یک لیوان	۲۵۰
آش رشته	یک لیوان	۲۵۰
آلبالو (کمپوت)	گرم ۱۰۰	۹۰
آلبالو با هسته	۱۰۰گرم	۶۰
آلبالو تازه با هسته	یک لیوان	۶۰
آلوی زرد	۱۰۰گرم	۷۵
آلوی قرمز	۱۰۰گرم	۴۵
آناناس	۱۰۰گرم	۵۲
آناناس (کمپوت)	۱۰۰گرم	۹۰
آناناس کنسرو در شربت	یک لیوان	۲۰۰
بادام بوداده	۱۰۰گرم	۶۶۶
بادام بونداده	۱۰۰گرم	۶۱۲
بادام درشت	یک عدد	۱۰
بادام زمینی بی پوست	۱۰۰گرم	۵۶۰
بادمجان	۱۰۰گرم	۱۷
باقلا	یک عدد	۵

ماده غذایی	مقدار	کالری
باقلای خشک	۱۰۰گرم	۳۶۰
باقلای سبز	۱۰۰گرم	۱۰۸
باقلوا با پسته	۱۰۰گرم	۵۴۰
بامیه(سبز)	۱۰۰گرم	۴۰
برگ چغندر	۱۰۰گرم	۳۰
برگ مو	۱۰۰گرم	۶۰
برنج	۱۰۰گرم	۳۶۰
برنج (نیم لیوان)	۱۳۰گرم	۴۵۰
برنج (یک لیوان)	۱۹۰گرم	۶۶۰
برنج پخته	یک کفگیر	۲۵۰
بستنی پاستوریزه	۱۰۰گرم	۱۹۰
به	۱۰۰گرم	۵۷
بیسکویت(بدون کرم)	۱۰۰گرم	۳۷۰
بیفتیک	۱۰۰گرم	۳۰۰
پاچه بدون چربی	۱۰۰گرم	۱۳۰
پرتقال	۱۰۰گرم	۴۰
پرتقال (آب)	یک لیوان	۱۱۰
پسته	یک دانه	۸
پسته با پوست	۱۰۰گرم	۳۴۰
پفک	گرم ۱۰۰	۵۲۰
پنیر بلغاری	۱۰۰گرم	۳۲۹
پنیر پاستوریزه	۱۰۰گرم	۲۵۰
پنیر محلی کم چرب	۱۰۰گرم	۲۱۰
پوره با شیر بدون کره	یک لیوان	۱۴۰
پوره سیب زمینی	یک لیوان	۱۸۰
پیاز	یک عدد	۵
پیازچه	یک عدد	۳
پیتزا	گرم ۱۰۰	۲۵۰
تخم آفتابگردان	۱۰۰گرم	۵۸۰
تخم کدو	۱۰۰گرم	۶۰۰
تخم مرغ (زرده تنها)	یک عدد	۵۰
تخم مرغ (سفیده تنها)	یک عدد	۲۰
تخم مرغ آب پز	یک عدد	۷۰

ماده غذایی	مقدار	کالری
تخم مرغ متوسط	یک عدد	۷۰
تخم مرغ نیمرو کم	یک عدد	۱۳۰
تخم هندوانه	۱۰۰گرم	۵۹۰
تخمه آفتابگردان	۱۰۰گرم	۵۸۰
ترب	۱۰۰گرم	۲۵
تربچه	یک عدد	۲
ترخون	۱۰۰گرم	۴۵
تره	۱۰۰گرم	۲۵
تمبر هندی با دانه	۱۰۰گرم	۱۱۵
تمبر هندی بدون دانه	۱۰۰گرم	۲۴۰
تمشک سیاه یا قرمز	۱۰۰گرم	۷۳
تن ماهی با روغن کم	۱۰۰گرم	۳۱۵
توت تازه	۱۰۰گرم	۶۰
توت سفید خشک	۱۰۰گرم	۳۶۰
توت فرنگی	۱۰۰گرم	۳۵
جعفری	۱۰۰گرم	۲۵
جگر سرخ کرده	۱۰۰گرم	۳۳۰
جگر سفید	۱۰۰گرم	۱۶۰
جگر مرغ	گرم ۲۰	۳۰
جگر مرغ خام	۱۰۰گرم	۱۲۵
جگر یک سیخ	۵۰گرم	۷۰
جو	۱۰۰گرم	۳۴۹
چاشنی مایونز	۱۰۰گرم	۷۲۰
چای تلخ	یک لیوان	۰
چای شیرین (۴حبه	یک لیوان	۴۰
چغندر آب پز	۱۰۰گرم	۴۰
چغندر خام	۱۰۰گرم	۴۵
چیپس سیب زمینی	ده عدد	۱۰۰
حلوا	۱۰۰گرم	۴۰۰
حلوا ارده	۱۰۰گرم	۵۰۰
حلیم بدون روغن	یک لیوان	۱۸۰
خامه سفت	۱۰۰گرم	۳۵۰
خامه شل	۱۰۰گرم	۲۵۰

ماده غذایی	مقدار	کالری
خاویار	۱۰۰گرم	۳۰۰
خربزه	۱۰۰گرم	۴۶
خربزه بدون شکر	یک لیوان	۹۰
خردل	۱۰۰گرم	۸۰
خرما	یک عدد	۲۰
خرما با هسته	۱۰۰گرم	۲۴۰
خرما یک فنجان	۱۰۰گرم	۵۰۵
خرمالو	یک عدد	۸۰
خرمای تازه(رطب)	۱۰۰گرم	۱۶۳
خرمای خشک	۱۰۰گرم	۳۱۸
خیار	۱۰۰گرم	۱۵
خیار شور	۱۰۰گرم	۱۲
دسر (ژلاتین)	یک لیوان	۱۸۰
دل گوسفند	۱۰۰گرم	۲۳۹
دل مرغ	۱۰۰گرم	۱۷۰
دلمه متوسط	یک عدد	۱۵۰
دوغ	۱۰۰گرم	۲۷
ذرت بو داده با روغن	۱۰۰گرم	۴۷۰
ذرت خام	۱۰۰گرم	۷۵
ذرت دانه درشت	۱۰۰گرم	۸۵
ذرت شکوفه(پفیلا)	۱۰۰گرم	۳۷۰
رطب	۱۰۰گرم	۱۵۰
روغن حیوانی	۱۰۰گرم	۸۹۰
روغن مایع و زیتون	یک قاشق	۱۲۰
روغن نباتی	۱۰۰گرم	۹۰۰
ریحان	۱۰۰گرم	۴۰
ریواس	۱۰۰گرم	۱۵
زبان گوساله	۱۰۰گرم	۱۳۰
زبان گوسفند	۱۰۰گرم	۲۶۰
زردآلو تازه	۱۰۰گرم	۵۰
زردآلو(برگه خشک)	۱۰۰گرم	۲۹۰
زردآلو(کمپوت)	یک لیوان	۲۵۰
زیتون خام سبز	یک عدد	۵

ماده غذایی	مقدار	کالری
زیتون خام سیاه	۱۰۰گرم	۲۰۰
زیتون خام سیاه(متوسط	یک عدد	۷
ژله (پودر)	یک قاشق	۵۵
ژله(پودر)	۱۰۰گرم	۳۷۰
سالاد بدون سس	یکنفره	۳۰
ساندویچ همبرگر	یک عدد	۵۰۰
سرکه	یک لیوان	۳۳
سمنو	یک لیوان	۱۸۰
سنجد	۱۰۰گرم	۱۳۰
سنگدان مرغ	۱۰۰گرم	۱۱۳
سوپ سبزیجات	۱۰۰گرم	۳۰
سوپ گوجه فرنگی	۱۰۰گرم	۳۰
سوپ گوجه فرنگی	۱۰۰گرم	۳۰
سوخاری (نان)	گرم ۱۰	۳۵
سوسیس	۱۰۰گرم	۳۰۰
سوسیس یک عدد	۵۰گرم	۱۵۰
سویا	۱۰۰گرم	۳۸۰
سیب درختی	۱۰۰گرم	۵۵
سیب زمینی	۱۰۰گرم	۷۵
سیب زمینی	گرمی ۱۱۰	۸۰
سیب زمینی کبابی	۱۰۰گرم	۹۳
سیب زمینی(چیپس)	۱۰۰گرم	۵۰۰
سیب متوسط	یک عدد	۷۰
سیب(کنسرو شیرین)	یک لیوان	۱۸۰
سیر	۱۰۰گرم	۱۲۰
سیرابی	۱۰۰گرم	۱۳۰
شاهی	۱۰۰گرم	۲۰
شربت	گرم ۱۰۰	۵۵
شربت پرتغال	یک لیوان	۱۷۰
شربت یخ	یک لیوان	۱۴۰
شرینی خشک	۱۰۰گرم	۵۰۰
شکر	۱۰۰گرم	۴۰۰
شکر(یک پیمانه)	۱۰گرم	۴۰

ماده غذایی	مقدار	کالری
شکلات	۱۰۰گرم	۵۰۰
شکلات قلمی	یک عدد	۲۰
شکوفه ذرت بدون	یک لیوان	۲۵
شلغم	۱۰۰گرم	۲۵
شلیل	۱۰۰گرم	۶۰
شنبلیله	۱۰۰گرم	۳۰
شوید(شبد)	۱۰۰گرم	۳۰
شیر	یک لیوان	۱۱۰
شیرتصفیه شده	یک فنجان	۹۰
شیرخشک	۱۰۰گرم	۵۰۰
شیرغلیظ نستله	۱۰۰گرم	۲۵۰
شیرگاوکم چربی	۱۰۰گرم	۵۵
شیرمیش	۱۰۰گرم	۹۵
صدف دریایی	۱۰۰گرم	۶۵
طالبی	۱۰۰گرم	۳۰
عدس خام	۱۰۰گرم	۳۴۰
عدسی با کمی روغن	یک لیوان	۱۸۵
عسل	۱۰۰گرم	۳۰۰
عسل(غذا خوری)	یک قاشق	۵۰
عسل(مربا خوری)	یک قاشق	۲۰
فرنی	یک لیوان	۲۰۰
فلفل سبزیا قرمز	۱۰۰گرم	۲۲
فندق	یک عدد	۱۰
فندق با پوست	۱۰۰گرم	۳۰۰
قارچ	۱۰۰گرم	۲۷
قره قوروت	۱۰۰گرم	۳۴۰
قلوه گوسفند	۱۰۰گرم	۱۷۰
قند	۱۰۰گرم	۴۰۰
قهوه تلخ	یک فنجان	۲
کاکائو	یک قاشق	۱۰
کالباس	۱۰۰گرم	۳۰۰
کاهو	۱۰۰گرم	۱۷
کاهو(درشت)	یک برگ	۴

ماده غذایی	مقدار	کالری
کباب برگ	یک سیخ	۲۰۰
کباب کوبیده	یک سیخ	۲۷۰
کتلت	قطعه ۱۰*۱۰*۱	۲۰۰
کدو حلوایی	۱۰۰گرم	۳۵
کدو خورشتی	۱۰۰گرم	۲۸
کرفس	۱۰۰گرم	۱۳
کره	یک قاشق	۱۰۰
کره حیوانی	۱۰۰گرم	۷۵۰
کشک خشک	۱۰۰گرم	۳۸۰
کشک غلیظ	یک قاشق	۶۰
کشمش	۱۰۰گرم	۲۹۰
کلم پخته	یک لیوان	۴۰
کلم پیشخوان	۱۰۰گرم	۲۲
کلم خام	یک لیوان	۲۵
کلم فندقی	۱۰۰گرم	۲۴
کلم قرمز	۱۰۰گرم	۲۸
کله پاچه	۱۰۰گرم	۱۹۰
کمپوت گیلاس	یک لیوان	۱۹۰
کنجد	۱۰۰گرم	۵۸۰
کوفته	یک عدد	۲۰۰
کیک	۱۰۰گرم	۳۵۰
کیک بدون خامه	۱۰۰گرم	۳۴۰
کیک شکلاتی	۱۰۰گرم	۴۰۰
کیک یزدی متوسط	گرم ۴۵	۱۶۰
گردو	یک عدد	۲۵
گردو با پوست	۱۰۰گرم	۲۴۰
گریپ فروت	۱۰۰گرم	۳۰
گریپ فروت (آب)	یک لیوان	۸۰
گز	۱۰۰گرم	۵۰۰
گل کلم خام	۱۰۰گرم	۱۰
گلابی	۱۰۰گرم	۵۵
گندم	۱۰۰گرم	۳۶۰
گوجه درختی رسیده	۱۰۰گرم	۵۰

ماده غذایی	مقدار	کالری
گوجه سبز	۱۰۰گرم	۳۰
گوجه فرنگی	۱۰۰گرم	۱۵
گوجه فرنگی(رب)	یک لیوان	۱۵۰
گوجه فرنگی(سس)	۱۰۰گرم	۱۰۰
گوشت بره با چربی	۱۰۰گرم	۳۳۰
گوشت خالص گوسفند	۱۰۰گرم	۲۰۰
گوشت گاو با چربی	۱۰۰گرم	۳۵۰
گوشت گاوبدون چربی	۱۰۰گرم	۲۰۰
گوشت گوساله	۱۰۰گرم	۲۰۰
گوشت گوسفند با چربی	۱۰۰گرم	۳۳۰
گوشت ماهی	۱۰۰گرم	۱۰۰
گوشت مرغ	۱۰۰گرم	۲۰۰
گوشت همبرگربدون	۱۰۰گرم	۲۰۰
گوشت همبرگربدون	۱۰۰گرم	۲۰۰
گیلاس	۱۰۰گرم	۷۰
گیلاس	۱۰۰گرم	۷۰
لپه	۱۰۰گرم	۳۴۸
لپه پخته	۱۰۰گرم	۱۱۵
لوبیا چشم بلبلی پخته	۱۰۰گرم	۸۰
لوبیا چشم بلبلی خام	۱۰۰گرم	۲۳۰
لوبیا سبز	۱۰۰گرم	۳۰
لوبیا سفید	۱۰۰گرم	۳۴۰
لوبیا قرمز	۱۰۰گرم	۳۴۰
لوبیا قرمز پخته	۱۰۰گرم	۱۱۰
لیمو تازه باپوست	۱۰۰گرم	۲۳
لیمو ترش	۱۰۰گرم	۴۲
لیمو ترش(آب لیمو)	۱۰۰گرم	۲۶
لیمو شیرین	۱۰۰گرم	۲۳
لیمو(آب لیمو)	یک قاشق	۴
کالباس مارتادلا	۱۰۰گرم	۳۰۰
مارچوبه	۱۰۰گرم	۲۰
مارگارین	یک قاشق	۱۱۰
مارگارین یا کره نبات	۱۰۰گرم	۸۵۰

ماده غذایی	مقدار	کالری
ماست	۱۰۰گرم	۵۵
ماست کم چرب	یک لیوان	۱۱۰
ماست کیسه ای	۱۰۰گرم	۱۵۴
ماکارونی پخته	یک لیوان	۱۵۰
ماکارونی خشک	۱۰۰گرم	۳۶۰
ماهی	۱۰۰گرم	۱۰۰
ماهی (قطعه متوسط)	گرم ۲۲۰	۲۲۰
مخمرآبجوفرنگی خشک	۱۰۰گرم	۲۸۵
مربا	۱۰۰گرم	۳۰۰
مربا (غذا خوری)	یک قاشق	۵۵
مرغ (بدون پوست)	۱۰۰گرم	۲۰۰
مغز پسته	۱۰۰گرم	۶۸۰
مغز حیوان	۱۰۰گرم	۱۳۰
مغز دانه آفتابگردان	۱۰۰گرم	۵۶۰
نارنگی	۱۰۰گرم	۵۲
نان (کف دست)	گرم ۳۰	۷۵
نان جو	۱۰۰گرم	۲۵۰
نان خشک	۱۰۰گرم	۳۶۰
نان روغنی	۱۰۰گرم	۴۵۰
نان ساندویچی	گرم ۶۰	۱۵۰
نان ساندویچی کوچک	نصف عدد	۷۰
نان سوخاری کوچک	یک عدد	۵۰
نان سوخاری متوسط	گرم ۱۰	۳۵
نان سوخاری(کعک)	یک عدد	۵۰
مغز فندق	۱۰۰گرم	۶۳۰

ماده غذایی	مقدار	کالری
مغز گردو	۱۰۰گرم	۶۲۵
نارگیل (مغز)	۱۰۰گرم	۳۴۵
نارگیل تازه	۱۰۰گرم	۱۵۶
نارنج	۱۰۰گرم	۲۰
موز	۱۰۰گرم	۹۵
موز متوسط	یک عدد	۱۰۰
میگو	۱۰۰گرم	۹۱
نارگیل (پودر)	۱۰۰گرم	۵۵۰
نان سیاه با سبوس	۱۰۰گرم	۲۱۰
نان گندم	۱۰۰گرم	۲۵۰
نخود	یک عدد	۱
نخود پخته	۱۰۰گرم	۴۵
نخود خشک	۱۰۰گرم	۳۶۰
نخود فرنگی	۱۰۰گرم	۷۵
نوشابه	یک لیوان	۱۰۰
نوشابه با طعم میوه	۱۰۰گرم	۱۱۵
هلوی تازه	۱۰۰گرم	۴۰
هلوی کمپوت	یک لیوان	۲۰۰
هندوانه	۱۰۰گرم	۲۳
هندوانه با پوست	۱۰۰گرم	۱۲
هویج ایرانی	۱۰۰گرم	۴۰
هویج فرنگی	۱۰۰گرم	۳۵
یک سیخ برگ	۱۰۰گرم	۲۰۰
یک لیوان توت	۱۰۰گرم	۸۵

بخش سوم

سوالات رایج و تلفن‌های تماس مکسا

خدمات مراقبت در منزل شامل چه بیمارانی می‌شود؟

در مقاطعی از بیماری که با تشخیص پزشکان مرکز، شرایط جسمی بیمار امکان حضور سرپایی او را در مراکز درمانی سلب می‌کند، تیم مراقبت در منزل به منظور تسهیل ارائهٔ خدمات به منزل بیمار اعزام می‌شود. این تیم برحسب نیاز بیمار متشکل از پزشک متخصص، پزشک عمومی دوره دیدهٔ طب تسکینی، پرستار، فیزیوتراپیست، کاردرمانگر، مشاور تغذیه، مددکار اجتماعی، روان‌شناس و مراقب معنوی است.

با توجه به مجوزهای اخذ شده از مراجع ذی‌صلاح، خدمات مراقبت در منزل فقط در مناطق ۱۵ گانه شهرداری اصفهان قابل ارائه است. لازم به ذکر است که خدمات سرپایی مرکز شامل این محدودیت نیست.

خدمات مراقبت در منزل به چه شکل ارائه می‌شود؟

- ارائهٔ خدمات در منزل، منوط به امضای آگاهانهٔ رضایت‌نامه توسط بیمار یا خانوادهٔ درجه اول بیمار است.
- برای خانوادهٔ بیماران یک جلسهٔ آموزشی، قبل از شروع ارائهٔ خدمت در مرکز برگزار می‌شود که **حضور در این کلاس الزامی** است.
- توسط مسئول شبکه مراقبت در منزل، برنامهٔ ویزیت بیماران به کمک تیم‌های مختلف درمانی و براساس نیاز بیمار تنظیم می‌شود.
- قبل از مراجعهٔ تیم درمانی، با منزل بیمار تماس گرفته شده و هماهنگی‌های لازم انجام می‌شود.
- بیماران یا خانوادهٔ آن‌ها می‌توانند برای دریافت پاسخ سؤالات خود درخصوص مراقبت از بیمار یا درخواست ویزیت پزشکی یا پرستاری اورژانسی در تمامی ساعات شبانه‌روز و تمامی روزهای هفته با شماره تلفن‌های ارائه شده در این بروشور تماس بگیرند.
- ارائه ویزیت‌های اورژانسی توسط مرکز در ساعات عصر و شب یا روزهای تعطیل منوط به امکان اعزام تیم درمانی و تشخیص پزشک است (در مواردی لازم است با اورژانس ۱۱۵ هماهنگ شود).
- تجهیزات پزشکی مورد نیاز به بیماران امانت داده می‌شود.
- مراقبت‌های پزشکی و پرستاری ویژه شامل کنترل درد، پانسمان زخم، انجام سونداژ، تعبیهٔ لولهٔ معده، تعبیهٔ پمپ درد، نمونه‌گیری خون، سونوگرافی، کشیدن مایع شکم (تپ آسیت)،کشیدن مایع دور ریه (تپ پلور) و .... برای بیماران انجام می‌شود.

حداقل تجهیزات و اقدامات لازم برای مراقبت در منزل چیست؟

- حتماً فشارسنج، تب‌گیر، تشک مواج و پالس اکسی متر تهیه کنید. (می‌توانید تشک مواج و پالس اکسی متر را از مرکز امانت بگیرید)
- حین مراجعهٔ تیم درمانی مرکز، حتماً مراقب اصلی برای گزارش دقیق به پزشک حضور داشته باشند.
- درصورتی که در زمان تعیین شده برای ویزیت به دلایل اورژانسی مجبور به ترک منزل هستید، حتماً مرکز را مطلع کنید یا به شماره ۰۹۱۳۴۱۳۲۸۳۳ اطلاع دهید.

مواردی که لازم است بلافاصله به پزشک مرکز اطلاع دهید کدام است؟

- تغییر سطح هوشیاری؛
- درد شدید غیرقابل تحمل؛
- تورم یک طرفه و ناگهانی اندام؛
- مدفوع سیاه رنگ؛
- استفراغ خونی (قهوه ای رنگ) یا استفراغ مداوم؛
- بی قراری شدید؛
- تب بالا؛
- تشنج؛
- تنگی نفس شدید؛
- درد شدید قفسهٔ صدری.

خدمات مرکز در کلینیک بازتوانی و شبکهٔ مراقبت در منزل چیست؟

- ویزیت توسط پزشک دوره دیدهٔ طب تسکینی و ارائهٔ خدمات پزشکی تسکینی به منظور کاهش مشکلات جسمی آزار دهندهٔ ناشی از بیماری از قبیل درد، تهوع و استفراغ، مشکلات تنفسی، زخم‌ها و ...
- مراقبت پرستاری شامل وصل سرم، مراقبت از زخم بستر، انجام سونداژ، تعبیهٔ لولهٔ معده و ...
- ویزیت توسط روان‌پزشک، روان‌شناس و مراقب معنوی

- فیزیوتراپی، کاردرمانی و آموزش مراقبت از استومی
- ویزیت توسط تیم درمانی در منزل (پزشک، پرستار، روان‌شناس، مراقب معنوی، فیزیوتراپیست، کاردرمانگر)
- ویزیت و مشاورهٔ تلفنی ۲۴ ساعته توسط پزشک
- جلسات آموزش خانواده و مشاوره در خصوص ماهیت، سیر و مدیریت بهینهٔ بیماری
- پیشگیری و کنترل لنف اِدِم (ورم دست پس از جراحی پستان)
- مشاورهٔ ژنتیک و پیشگیری
- تأمین تجهیزات پزشکی (تشک مواج، تخت بیمارستانی، کپسول اکسیژن، اکسیژن‌ساز، ساکشن، پالس اکسی‌متر، ویلچیر، واکر، عصا و ....)
- مددکاری اجتماعی
- مشاورهٔ تغذیه

آیا حمایت نقدی از بیماران مانند کمک هزینهٔ درمان در بستهٔ خدماتی وجود دارد؟

این مرکز حمایت خود را از طریق ارائهٔ خدمات رایگان به بیمار و خانواده ارائه می‌دهد و در مواردی نیز در تأمین دارو و تجهیزات مصرفی پزشکی به بیماران تحت پوشش شبکه مراقبت در منزل کمک می‌کند.
تأمین هزینه‌های درمانی یا معیشتی برای بیماران سرپایی در توان مرکز نیست؛ اما واحد مددکاری اجتماعی مراجعین را تا حد امکان برای یافتن حامی مالی یا خیریه‌های مرتبط یاری می‌کند.

آیا تحویل دارو به بیماران در بستهٔ خدماتی وجود دارد؟

با توجه به قوانین و مقررات وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، فقط داروخانه‌ها مجاز به ارائهٔ دارو هستند و تحویل دارو در این مرکز اکیداً ممنوع است.

آیا در این مرکز، خدماتی نظیر شیمی‌درمانی و پرتودرمانی ارائه می‌شود؟

حوزهٔ فعالیت مرکز در دو حیطهٔ مراقبت حمایتی و تسکینی و همچنین مشاورهٔ ژنتیک و پیشگیری است. به همین دلیل شیمی‌درمانی و پرتودرمانی در این مرکز انجام نمی‌شود.

بـرای کسـب اطلاعـات بیشـتر درخصـوص خدمـات مرکـز، انـواع سـرطان و مراقبت‌هـای حمایتـی تسـکینی می‌توانیـد از سـایت www.Macsa.ir بازدیـد کنیـد.

شمارهٔ تماس جهت مشاورهٔ پزشکی و درخواست خدمات مراقبت در منزل:

- شـنبه تـا چهارشـنبه از ۸ صبـح تـا ۱۷ و پنج‌شـنبه از ۸ صبـح تـا ۱۲ بـا شـمارهٔ ۳۲۳۷۰۴۶۲ -۰۳۱ تماس بگیرید.
- در خـارج از ایـن سـاعات و روزهـای تعطیـل بـرای مشـکلات اورژانسـی بـا شـمارهٔ ۰۹۱۳۱۷۶۹۰۲۰تمـاس بگیریـد.
- در صـورت عـدم پاسـخگویی بـا آقـای شـعربافچی‌زاده بـا شـمارهٔ ۰۹۱۳۴۱۳۲۸۳۳ تمـاس حاصـل فرماییـد.

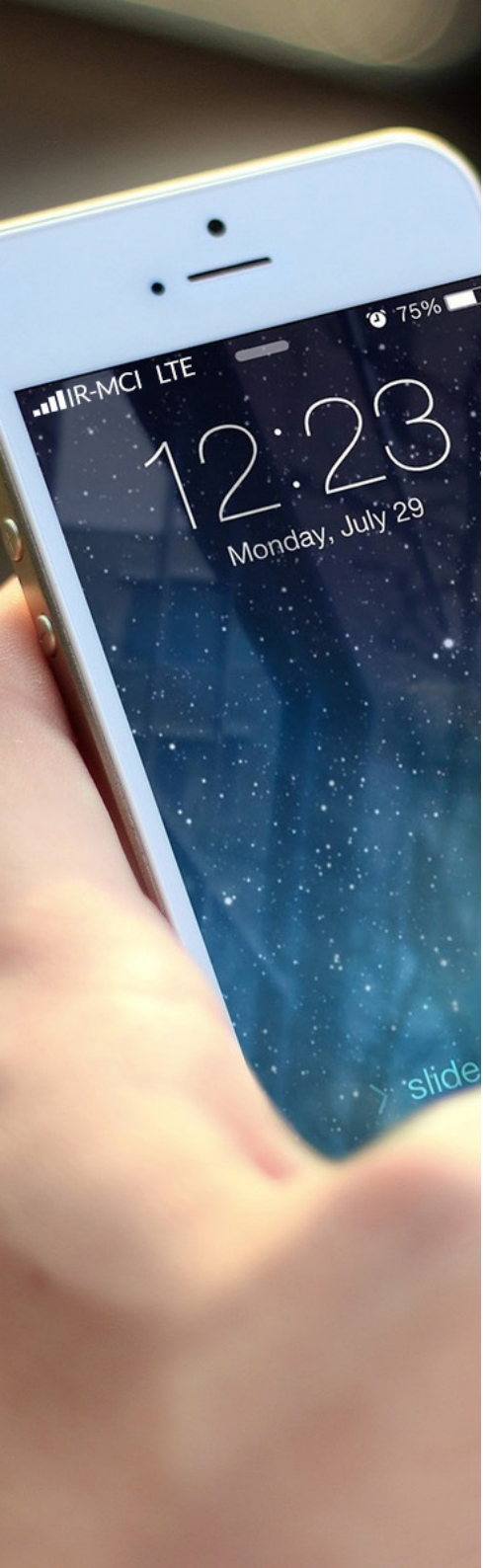
شمارهٔ تلفن مرکز:
۰۳۱- ۳۲۳۳۱۰۵۱
۰۳۱-۳۲۳۳۳۰۲۹
۰۳۱-۳۲۳۷۲۸۴۵

- ارسال جواب آزمایش به شمارهٔ ۰۹۱۳۱۷۶۹۰۲۰ (ایتا)

پس از ارسال جواب آزمایش حتماً تماس بگیرید؛ پیام پاسخ داده نمی‌شود.
ایـن مرکـز تـلاش می‌کنـد در حـد امـکان نیازهـای پزشـکی، پرسـتاری، فیزیوتراپـی، روان شناسـی و معنـوی بیمـار شـما را در منـزل برطـرف کنـد.
مـا براسـاس برنامـهٔ منظـم بـا شـما تمـاس می‌گیریـم و ویزیـت بیمـار شـما را انجـام خواهیـم داد.

شـما نیـز مـی توانیـد در صـورت بـروز هرگونـه مشـکل بـرای بیمارتـان بـا مـا تمـاس بگیریـد تا در اسـرع وقـت شـما را راهنمایـی کنیـم و در صـورت لـزوم و همچنیـن بـر اسـاس تـوان مرکـز، تیـم درمانـی بـرای ویزیـت بیمـار اعـزام شـود.

در صـورت نیـاز، تجهیـزات پزشـکی مثـل ویلچیـر، تخـت، تشـک مـواج، کپسـول اکسـیژن، اکسیژن‌سـاز و.... بـه شـما امانـت داده می‌شـود.



ارتباط با ما

ستاد کشوری: تهران | شرق به غرب بزرگراه جلال آل احمد | بعد از پل نصر(گیشا) | پلاک ۱۳۹
تلفن: ۰۲۱-۸۶۰۱۵۳۴۲ | ۰۲۱-۸۶۰۱۵۳۲۹

مرکز اصفهان: خیابان شهید مطهری | بعد از پل شیری | کوچه ۳۵ | بن بست امین‌الدوله | پلاک ۲۹
تلفن: ۰۳۱ - ۳۲۳۳۳۰۲۹ | ۰۳۱ - ۳۲۳۳ ۱۰۵۱

Web Site: www.Macsa.ir

Instagram: @Macsacharity

Bale: @Macsa

دریافت کمک های مردمی

شماره حساب نزد بانک رسالت: ۶۲۱ ۶۵۶۵ ۱۰۵
شماره کارت: ۲۳۱۵ ۱۰۰۲ ۷۲۷۰ ۵۰۴۱
به نام مرکز طب پیشگیری و ارتقا سلامت آلا