



دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین بستری

تست تراکم استخوان

همکار محترم پرستاری بیمارستان با توجه به دستورالعمل جامع خودمراقبتی و آموزش بیمار، الزامی است آموزش بیمار حین بستری و ترخیص **تست تراکم استخوان** طبق این دستورالعمل و حداقل محتوای زیر انجام گیرد.

❖ آمادگی‌های قبل از انجام آزمون

- ✓ مرکزی را انتخاب نمایید که مورد اطمینان پزشک باشد.
- ✓ جهت تعیین نوبت انجام تست با دفترچه بیمه و درخواست پزشک به مرکز انجام تست مراجعه نمایید.
- ✓ در زمان تعیین شده و سی دقیقه زودتر در مرکز حاضر باشید.
- ✓ استرس و اضطراب نداشته باشید.
- ✓ گرچه از اشعه ایکس برای اندازه‌گیری تراکم استخوان استفاده می‌شود اما مقدار اشعه‌ای که بکار می‌رود بسیار جزئی می‌باشد و ضرری ندارد. بنابراین می‌توان از آن حتی در کودکان و خانم‌های حامله هم در صورت نیاز استفاده نمود بدون اینکه خطری متوجه آن‌ها باشد.
- ✓ لباس‌هایی که دارای اشیاء یا تکه‌های فلزی هستند باید قبل از انجام اسکن درآورده شوند.
- ✓ برای انجام تست سنجش تراکم استخوان نیاز به آمادگی خاصی وجود ندارد.
- ✓ مدارک زیر را در زمان انجام تست به همراه داشته باشید:
 - درخواست پزشک
 - دفترچه بیمه، معرفی‌نامه و یا هر دو

❖ آمادگی‌های حین انجام آزمون

- ✓ وقتی توده استخوانی در ستون فقرات اندازه‌گیری می‌شود، یک بالش مربع شکل در زیر ران‌ها گذاشته می‌شود. این کار برای مستقیم شدن قسمت پایینی ستون فقرات ممکن صورت می‌پذیرد.
- ✓ حین انجام آزمایش بی‌حرکت باشید و به توصیه‌های تکنسینی که این آزمون را انجام می‌دهد توجه کنید.
- ✓ بر خلاف سایر دستگاه‌های اسکن، در اینجا هیچگونه تونلی وجود ندارد که بیمار به داخل آن برود.
- ✓ نیازی به تعویض لباس‌های خود ندارید.
- ✓ اگر شی فلزی در بدن خود دارید پزشک مسئول مرکز را مطلع نمایید.
- ✓ آزمایش با درد خاصی همراه نیست ولی همکاری شما با پزشک به تسهیل آزمایش کمک می‌کند.
- ✓ این تست در حدود ۱۰ تا ۲۰ دقیقه طول می‌کشد.
- ✓ هیچ تزریقی در این آزمایش انجام نمی‌گیرد.



دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین ترخیص

تست تراکم استخوان

❖ پیگیری بعد از انجام تراکم استخوان

- ✓ پزشک متخصص رادیولوژی تست تراکم استخوان را بررسی و نتایج را به صورت مکتوب به شما گزارش می‌کند.
- ✓ در مورد چگونگی دریافت نتایج و زمان آن با مرکزی که تست را انجام دادید، صحبت کنید.
- ✓ بعد از دریافت جواب از مرکزی که آزمایش را انجام دادید، به منظور تصمیم‌گیری برای ادامه درمان با برگه گزارش سنجش تراکم استخوان به نزد پزشک معالج خود بروید.
- ✓ در صورت نیاز به درمان و یا آزمایش‌های بیشتر، پیگیر درمان خود باشید.
- ✓ از پزشک خود در مورد نتایج آزمایش اطلاعات کسب کنید و با افرادی که در این زمینه اطلاعاتی ندارند مشورت نکنید.
- ✓ در صورتی که مجدداً نیاز به انجام تست داشتید به همان مرکزی که تست قبلی را انجام دادید مراجعه نمایید.
- ✓ روند درمان پوکی استخوان طولانی می‌باشد اصرار به تکرار تست در فواصل کوتاه ننمایید.