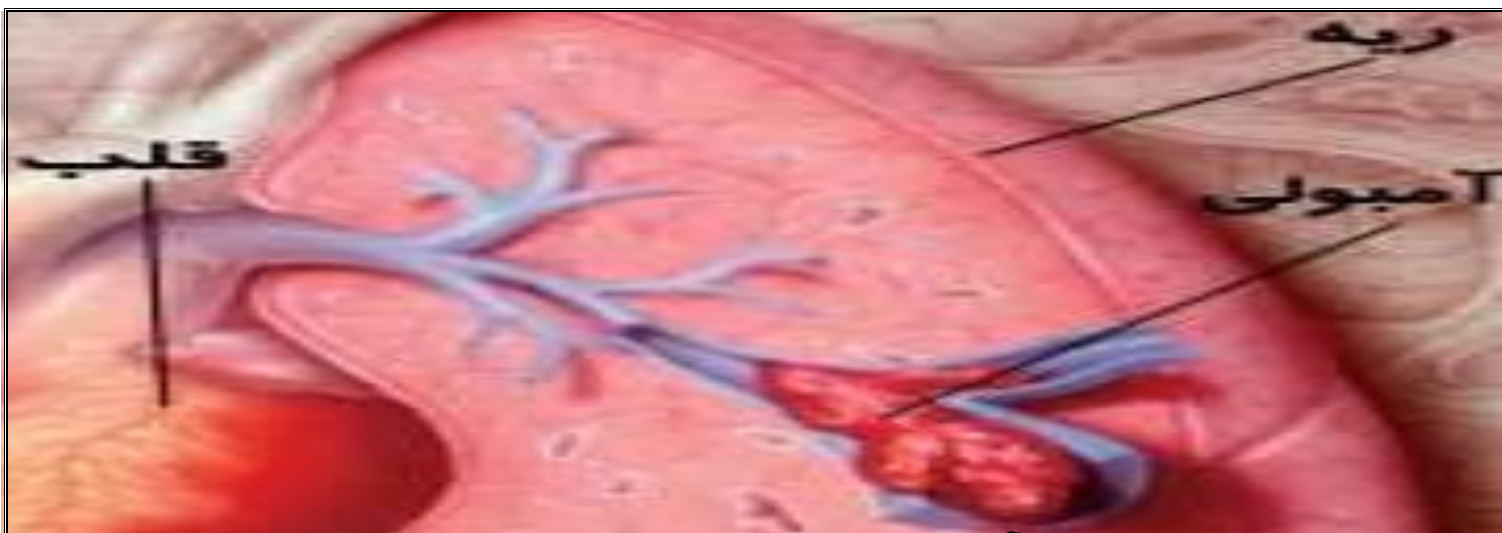




راهنمای پرستاری آموزش خودمراقبتی به بیمار، حین بستری



آمبولی ریه

❖ رژیم غذایی و تغذیه

- ✓ طبق دستور پزشک، بعلت شرایط حاد نباید هیچ ماده خوراکی را از طریق دهان مصرف کنید. تزریق وریدی مایعات، نیاز تغذیه ای شما را برآورده می کند.
- ✓ در صورت برطرف شدن علائم حاد، طبق دستور پزشک رژیم غذایی برای شما شروع می شود.
- ✓ حداقل 6 یا 8 لیوان آب در روز بنوشید.

❖ فعالیت

- ❖ تا هنگام برطرف شدن علائم التهابی ناشی از لخته شدن خون استراحت مطلق در تخت را رعایت کنید و در طی استراحت در بستر اندام های تحتانی را به طور مکرر حرکت دهید تا به حرکت و جریان خون کمک کنید.

❖ مراقبت

- ✓ جهت تسهیل تنفس، سر تخت را بالا برده و به صورت نیمه نشسته در بستر استراحت نمایید.
- ✓ جهت تسهیل تنفس و برطرف شدن تنگی نفس، اکسیژن برای شما کار گذاشته شده است.
- در صورت بروز و یا تغییر علائم پرستار را مطلع نموده واز ایجاد تغییر در روند اکسیژن رسانی خودداری نمایید.
- ✓ سعی کنید سرفه کنید و تنفس عمیق داشته باشید.

- ✓ در حالت نشسته استراحت کنید و در هنگام تنفس سر خود را بوسیله چند بالش بالا بیاورید و همچنین زیر پای خود، یک بالش بگذارید.
- ✓ از بانداژ الاستیک (جوراب مخصوص) استفاده کنید و طبق دستور پزشک هر 3 ساعت 20 دقیقه بانداژ را باز نمائید.
- ✓ از نشستن به حالتی که ساق‌ها یا مچ پاها را روی یکدیگر بیندازید خودداری کنید.
- ✓ هنگام نشستن طولانی مدت طوری بنشینید که پاها بالاتر از ران‌ها قرار گیرند.
- ✓ به دلیل استفاده از داروهای ضد انعقادی از دستکاری سرم و رابط‌ها خودداری کنید.
- ✓ از مسواک نرم استفاده کنید (مصرف داروهای ضد انعقادی آسیب به لثه‌ها، خونریزی و عوارض عفونت و... را در پی خواهد داشت).
- ✓ ممکن است جهت دفع ادرار سونداژ شوید، از کشیدگی و قرار دادن کیسه ادراری در سطح بدن جهت پیشگیری از عفونت ادراری خودداری نمائید.
- ✓ جهت اندازه‌گیری سطح داروهای ضد انعقادی در خون و فاکتورهای انعقادی به طور مکرر از شما آزمایشات انعقادی گرفته خواهد شد.
- ✓ برای کنترل دقیق وضعیت شما ممکن است از تجهیزات الکترونیکی که به وسیله سیم و رابط به شما متصل می‌شود استفاده گردد لذا از دستکاری و جدا نمودن آنها از خود اجتناب نمائید.
- ✓ بیمار را به بیان احساسات و نگرانی‌هایش تشویق کنید.
- ✓ در صورت بروز درد در عضله ساق پا (به صورتی که وقتی انگشت شصت پا را به سمت عقب می‌کشید درد عضله ساق پا تشدید شود)، تورم قسمت پایین پا، تورم قوزک پا، افزایش رنگ دانه، زخم شدن سریعاً به پزشک اطلاع دهید.
- ✓ در صورت بروز تنگی نفس، افزایش تعداد تنفس، درد قفسه سینه (به خصوص در هنگام تنفس عمیق)، سرفه و خروج خون، سرفه خشک آزار دهنده، در صورت مشکل زمینه ای قلبی-ریوی (طپش قلب و خستگی) به پزشک گزارش دهید.
- ✓ فشرده‌گی قفسه سینه، خونریزی از لثه، خونریزی از بینی، خونریزی از هموروئید، دفع مدفوع سیاه و قیری رنگ را سریعاً به پزشک خود گزارش دهید.

❖ دارو

- ✓ داروهای ضد انعقادی در جهت حل کردن لخته و جلوگیری از ایجاد دوباره آن به شما به صورت خوراکی و یا تزریقی داده خواهد شد.

تهیه شده در واحد آموزش سلامت بیمارستان افضل‌ی پور کرمان. بهار 1403 31328143

