

آنمی آپلاستیک

❖ رژیم غذایی و تغذیه

✓ پزشك و متخصص تغذيه مي توانند درمورد روش هاي حفظ تغذيه سالم توصيه هاي لازم را داشته باشند.

✓ در صورت حالت تهوع و استفراغ از خوردن و آشامیدن خودداری نمایید و سپس در صورت بهتر شدن حال عمومی و اجازه پزشك ابتدا رژیم مایعات و سپس در صورت توانایی بدن به جذب مایعات معمولی شروع شود.

✓ کلسیم جذب آهن را مشكل مي كند لذا براي به كار گرفتن بهترين روش براي مصرف كلسيم به ميزان مناسب و كافي، بايد با پزشك متخصص مشورت كرد.

❖ فعالیت

✓ در بستر پاها را حرکت دهید، تا از لخته شدن خون در پاها پیشگیری شود. بهتر است هر چه زودتر از بستر خارج شده و راه بروید.

✓ به آرامی تغییر وضعیت دهید. (از وضعیت ایستاده به نشسته یا خوابیده و بالعکس) تا دچار سرگیجه نشوید.

✓ در صورت خارج شدن از تخت ابتدا بنشینید، سپس پاهای خود را از لبه تخت آویزان کنید. در صورت نداشتن سرگیجه و تاری دیدو ... از تخت خارج شوید. دقت کنید حتماً پرستار بخش را در زمان خارج شدن از تخت مطلع فرمایید تا در کنار شما باشد.

❖ مراقبت

- ✓از دستکاري سرم ها و رابط هاي متصل به خود خودداري كنيد.
- ✓داروها طبق تجويز پزشك و در فواصل مشخص توسط پرستار به شما داده خواهد شد.
- ✓وجود خون درادرار، تهوع واستفراغ، خونريزي از اندام ها و ... را به پزشك اطلاع دهيد.
- ✓در هنگام گرفتن خط وريدي از كوچكترين آنژيوكت موجود استفاده گردد.
- ✓تا 5 دقيقه بعد از كشيدين آنژيوكت، روي محل با فشار مستقيم، فشرده شود تا خون كاملاً بند آيد.
- ✓در اطراف بيمار ، در صورت نيازاز نرده محافظ كنار تخت استفاده گردد.
- ✓بطور مرتب دستانتان را با آب و صابون بشوئيد.
- ✓افرادي كه داراي عفونت هاي تنفسي و ... ميباشند به ملاقات بيمار نروند.
- ✓اتاق بيمار شلوغ و پر از ملاقات كنندگان نباشد.
- ✓ممکن است هر روز نياز به خونگيري داشته باشيد.

References : 1. clinicalkey 2. mayoclinic 3. Brunner & Suddarth's Textbook of Medical-Surgical Nursing 4. familydoctor 5. Betterhealth

تهيه شده در واحد آموزش سلامت بيمارستان افصلی پور کرمان. بهار 1403

034 31328143