



راهنمای پرستاری آموزش خودمراقبتی به بیمار، حین ترخیص

برونشیولیت

❖ رژیم غذایی

- ✓ کودکی که تنفس سریع دارد، ممکن است آب بدنش کم شود. چون بخار آب زیادی از راه تنفس دفع می شود. کم آبی در کودکان میتواند خطرناک باشد. به کودک از راه دهان، مایعات اضافی بدهید.
- ✓ در طول مدت بیماری و بعد از آن با زیاد کردن تعداد وعده های غذایی از عقب ماندن رشد کودک جلوگیری کنید. بهتراست از غذاهایی مانند سوپ، آش، فرنی و... که احتیاج به جویدن ندارد استفاده کنید.
- ✓ در طول درمان و تا حصول بهبودی کامل از دادن مواد غذایی همچون موز، شیرینی و شکلات، آجیل و دانه های روغنی که باعث تحریک سرفه و افزایش درد قفسه سینه می شوند خودداری کنید.
- ✓ از مصرف غذاهای سرخ کرده، پرادویه و محرک برای کودک خودداری کنید.

❖ فعالیت

- ✓ فعالیت از طریق برنامه ریزی به طوری که با استراحت کودک تداخل ننماید و انجام فعالیت های متناسب با سطح تحمل و سن کودک باشد.

❖ مراقبت

- ✓ از دستگاه بخور جهت افزایش رطوبت اتاق کودک استفاده کنید.
- ✓ در مورد کودک مستعد به برونشیولیت، هر شب از دستگاه بخور به هنگام عفونت تنفسی و پس از آن استفاده نمایید.
- ✓ دستگاه بخور را روزانه تمیز کنید.
- ✓ اگر دستگاه بخور ندارید، آب سرد و گرم را در حمام باز کنید و پنجره ها و درها را ببندید تا به این ترتیب

- رطوبت مورد نیاز فراهم شود و کودک در این اتاق، به خصوص قبل از خواب ، نگاه دارید.
- ✓دقت کنید که کودک در چه شرایطی مستعد بروز برونشیولیت است.مثال اگر بازی در هوای خنک شب هنگام باعث حمله کودک می شود، از آن اجتناب کنید.
- ✓مواجهه کودک با جمع را، به خصوص جمع بچه های دیگر کمتر کنید ، تا به این ترتیب احتمال سرماخوردگی و بروز برونشیولیت کمتر شود.
- ✓بهداشت فردی مانند شست و شوی مرتب دست و صورت رارعايت کنید.
- ✓از تماس با افراد مبتلا به عفونت های تنفسی اجتناب کنید که بهترین راه پیشگیری از ابتلا به بیماری تنفسی است.
- ✓سعی نکنید که خودتان برونشیولیت را درمان کنید.تشخیص و درمان باید توسط پزشک انجام گیرد.

♦♦ دارو

- ✓آنتی بیوتیک ها برای مبارزه با عفونت باکتریایی ثانویه استفاده می شوند و داروهای ضد ویروس ممکن است در موارد شدید کمک کننده باشند و داروهای گشاد کننده نایژه نیز ممکن است کمک کننده باشد.
- ✓داروها طبق دستور پزشک در فواصل منظم و دوره کامل مصرف کنید.
- ✓به کودکی که برونشیولیت دارد، داروی ضد سرفه ندهید. داروهای ضدسرفه برای کودکی که اشکال تنفسی دارد، میتوانند مضر باشند.

♦♦ زمان مراجعه بعدی

- ✓اگر کودک سرفه مداوم دارد، حتی اگر مدت زمان آن کوتاه است، به پزشک مراجعه کنید.
- ✓اگر علائم، علی رغم درمان در عرض 4 ساعت رو به بهبودی نگذاشت سریعاً به اورژانس مراجعه نمایید.
- ✓اگر درجه حرارت (مقعدی) تا 38/3 درجه سانتیگراد یا بالاتر افزایش یابد و تنفس مشکل تر شده و اگر سرفه ای آغاز شود که با خلط خونی همراه باشد و اگر پوست، لبها، ناخن ها به رنگ آبی تیره درآیند و یا اگر کودک بی حال و خواب آلوده شود و در شب با خس خس سینه یا تنگی نفس برمی خیزد، با اورژانس تماس گرفته یا به پزشک مراجعه نمایید.

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

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

034 31328143

