

راهنمای آموزش خودمراقبتی به بیمار، حین بستری

مرکز آموزشی درمانی افصلی پور

دانشگاه علوم پزشکی کرمان



سل

❖ تغذیه

✓ در مرحله حاد بیماری و به علت بی اشتهاهی ممکن است سرم وصل شود تا نیاز تغذیه ای شما را تا حدودی برآورده کند .

✓ در صورت بی اشتهاهی غذا را کم و در وعده های غذایی بیشتر میل کنید.

✓ سعی کنید مایعات بیشتری مصرف کنید .

❖ فعالیت

✓ در مرحله شدید بیماری، استراحت کافی در بستر برای درمان کامل بیماری لازم است .

✓ برای خروج از بستر، پس از اجازه پزشک ابتدا مدتی در لبه تخت نشسته و پاها را آویزان کنید، در صورت نداشتن سرگیجه، تاری دید و ... با کمک تیم مراقبتی راه بروید .

❖ مراقبت

✓ بیمارانی که مشکوک به سل ریوی می باشند باید حداقل سه آزمایش بر روی نمونه خلط انجام دهند. بهتر است که این سه نمونه خلط به شکل سه نمونه خلط صبحگاهی در سه روز متفاوت جمع آوری گردد. نحوه گرفتن نمونه خلط به صورت زیر می باشد :

• نظافت و شستشوی دهان توسط آب جوشیده سرد شده

• تنفس عمیق سه بار پشت سرهم و سپس سرفه محکم و سعی در خارج کردن خلط از عمق ریه ها

• تخلیه خلط به داخل ظرف تحویلی توسط آزمایشگاه

•تحويل سريع ظرف به کمک پرستار بخش جهت انتقال به آزمایشگاه .

نمونه های خلطی که بیش از 24 ساعت نگهداری شده اند مناسب نیستند .

✓در صورتی که نمی توانید خلط خود را خارج نمایید به پرستار بخش اطلاع دهید تا دستگاه بخار آب در اختیار شما قرار دهد. در این حالت چندین تنفس طبیعی در بخار مرطوب انجام داده، سپس یک دم عمیق کشیده و محکم سرفه کنید .

✓در صورت داشتن درد، به پرستار اطلاع داده تا طبق تجویز پزشک اقدامات لازم جهت تسکین درد شما را انجام دهد .

✓از دستکاری سرم ها و رابط های متصل به خود خودداری کنید .

✓مکرراً دستهای خود را بشویید .

✓از مصرف خودسرانه دارو بغیر از داروهای تجویز شده و بدون اجازه پزشک خودداری کنید .

✓داروها طبق تجویز پزشک و در فواصل مشخص توسط پرستار به شما داده خواهد شد .

✓در طی زمان بستری، ملاقات و رفت و آمد برای جلوگیری از انتقال بیماری، کنترل و محدود خواهد شد .

✓از دستمال کاغذی یکبار مصرف، ماسک بینی - دهانی چند لایه غیرکاغذی حین سرفه در چند هفته اول درمان دارویی بخصوص در فضاهای بسته استفاده کنید.

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