



راهنمای پرستاری آموزش خودمراقبتی به بیمار، حین بستری

سیروزکبدی

❖ تغذیه

- ✓ برای کاهش تهوع از تکه های یخ استفاده کنید.
- ✓ برای جلوگیری از یبوست از مایعات استفاده کنید.
- ✓ رژیم غذایی پر پروتئین، پرکربوهیدرات و پر ویتامین بامحدودیت مصرف سدیم به علت بروز آسیت در بیمارستان برای شما رعایت می شود.

❖ فعالیت

- ✓ تا زمانی که کبد شما توانایی های قبلی خود را دوباره به دست می آورد و با نظر پزشک نیاز به استراحت دارید.
- ✓ از انجام فعالیت های که موجب افزایش فشار داخل شکم می شود اجتناب کنید. (سرفه و عطسه شدید و بلند کردن اجسام سنگین، دفع مدفوع سفت)
- ✓ در بستر مرتب تغییر وضعیت دهید تا از زخم بستر و از ترومبوز ورید های عمقی جلوگیری شود.
- ✓ جهت خروج از تخت از تیم مراقبتی کمک بگیرید.

❖ مراقبت

- ✓ در صورت داشتن درد (شروع ، محل انتشار، شدت درد) به پرستار اطلاع داده تا طبق تجویز پزشک اقدامات لازم جهت تسکین درد شما را انجام دهد.
- ✓ دارو ها طبق تجویز پزشک و توسط پرستار در فواصل مشخص به شما داده خواهد شد.

- ✓از دستکاری سرمها ، برانول و رابط ها اجتناب کنید.
- ✓در بستر بهتر است سر تخت بالا با زاویه 30الی 45درجه باشد تا تنفس راحت و موثری داشته باشید.
- ✓از مسواک نرم استفاده کنید و بهداشت دهان را رعایت کنید.
- ✓از مسواک نرم استفاده کنید و بهداشت دهان را رعایت کنید.
- ✓در صورت بروز علائم خونریزی (خونمردگی، خونریزی از بینی یا لثه، وجود خون در مدفوع) به پرستار اطلاع دهید.
- ✓بینی خود را به آرامی تمیز کنید.
- ✓هر روز دور شکم و وزن شما اندازه گیری خواهد شد.
- ✓در فواصل مشخص از شما آزمایش خون از جمله آزمایش های انعقادی گرفته خواهد شد همکاری لازم را داشته باشید.

❖ دارو

- ✓دارو ها طبق دستور پزشک در فواصل مشخص توسط پرستار تجویز می شود.

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