



راهنمای پرستاری آموزش خودمراقبتی به بیمار، حین بستری

شوک هایپوولمیک

❖ رژیم غذایی و تغذیه

✓ از خوردن و آشامیدن هر ماده غذایی و آب در ساعات اولیه شوک خودداری نمایید.

✓ در صورت اجازه پزشک ابتدا کمی مایعات خورده و در صورت نداشتن تهوع و استفراغ می توانید مایعات بیشتری میل نمایید.

❖ فعالیت

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

✓ در صورتی که در حین راه رفتن احساس سرگیجه داشتید بنشینید و راه نروید.

❖ مراقبت

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

✓ در صورت خونریزی از محل عمل جراحی و خیس شدن پانسمان به پرستاران بخش اطلاع دهید.

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

✓ در صورتی که به شما خون وصل شد و احساس تنگی نفس یا سرگیجه داشتید یا دانه هایی بروی پوست خود مشاهده نمودید به پرستار بخش اطلاع دهید.

✓میزان ادرار خود را یادداشت نمایید و در صورتی که در 24 ساعت کمتر از 500 سی سی بود به پزشک خود یا پرستار اطلاع دهید.

✓به رنگ ادرار خود توجه نمایید کمبود حجم مایعات موجب می شود رنگ ادرار پررنگ و غلیظ باشد.

✓ممکن است برای شما سوند گذاری ادراری انجام شود از کشیدن آن خودداری کنید زیرا سر سوند دارای بادکنکی است که جهت ثابت نگه داشتن آن پر از آب مقطر می شود. زمانی که کشیده شود موجب آسیب به مجرای ادراری می شود.

✓از دستکاری اکسیژنی که به شما وصل شده است خودداری نمایید.

✓در صورتی که احساس سوزش شدید در محل سوند داشتید به پرستار خود اطلاع دهید.

✓در صورتی که همراه نداشتید و کار خاصی داشتید از تخت خارج نشوید زنگ احضار پرستار را به صدا درآورید.

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