



راهنمای آموزش خودمراقبتی به بیمار، حین بستری

فیبریلاسیون دهلیزی (AF)

❖ رژیم غذایی

- ✓ رژیم غذایی توصیه شده که شامل رژیم قلبی و کم نمک است را رعایت کنید. کارشناس تغذیه بیمارستان نوع رژیم شما را مشخص و غذای شما بر طبق آن به شما داده می شود.
- ✓ تا زمانی که پزشک اجازه نداده است از خوردن و آشامیدن خودداری نمایید.

❖ فعالیت

- ✓ در صورت داشتن استراحت مطلق و ممنوعیت خارج شدن از تخت، بدون اجازه از تخت خود خارج نشوید و اصرار به خروج از تخت ننمایید.
- ✓ در صورت استراحت نسبی برای خروج از بستر و اجازه پزشک، ابتدا مدتی در لبه تخت نشسته و پاها را آویزان نمائید، در صورت نداشتن سرگیجه، تاری دید و درد قفسه سینه تنگی نفس و ... با کمک تیم مراقبتی راه بروید.
- ✓ در صورتی که باید با ویلچر به دستشویی بروید در زمان نیاز منتظر بمانید تا ویلچر را نزد شما بیاورند و به آرامی زمانی که پشت ویلچر توسط همراهان یا خدمات بخش گرفته شده است بروی آن بنشینید.

❖ مراقبت

- ✓ سیم های مانیتورینگ قلبی را به هیچ وجه از قفسه سینه جدا نکنید. این سیم ها ضربان قلب شما را در مانیتوری که در بالای سر شما و ایستگاه پرستاری وجود دارد نشان می دهد.
- ✓ در صورتی که به چیزی نیاز داشتید دکمه احضار پرستار را فشار دهید.
- ✓ داروها طبق تجویز پزشک و در فواصل مشخص توسط پرستار برای شما اجرا خواهد شد.
- ✓ از دستکاری سرم ها و رابط های متصل به خود خودداری کنید.
- ✓ ممکن است برای شما از اکسیژن استفاده شود، جریان آن را دستکاری نکنید.

✓در صورت تنگی نفس اطلاع دهید.

✓اقداماتی از قبیل نوار قلب، تست های آزمایشگاهی، تست ورزش و ... جهت تکمیل درمان در صورت نیاز انجام می شود.

✓در صورت داشتن درد: محل درد، انتشار درد، شدت درد، علائم دیگر همراه با درد را به پرستار اطلاع دهید تا طبق تجویز پزشک اقدامات لازم جهت تسکین درد شما را انجام دهد.

✓اجازه دهید پزشکان درمان شما را انجام دهند.

✓از خوددرمانی و مصرف دارو بدون تجویز پزشک خودداری 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 افصلی پور کرمان. بهار 1403

034 31328143