

راهنمای پرستاری آموزش خودمراقبتی به بیمار، حین بستری

کولیت اولسراتیو

❖ تغذیه

- ✓ در مرحله حاد تغذیه از راه دهان قطع شده و تغذیه کامل وریدی برای شما شروع خواهد شد.
- ✓ در مرحله حاد بیماری، برای کاهش حجم مدفوع، رژیم غذایی مایع با باقیمانده کم (مثل شربت و سوپ صاف شده) توصیه می شود. و شیر و لبنیات و قهوه و الکل حذف می شوند.
- ✓ پس از مرحله حاد رژیم کم باقیمانده (سوپ، فرنی و ...) کم چرب، پر پروتئین و پرکالری بتدریج برای شما شروع خواهد شد.
- ✓ روزانه 8 لیوان آب مصرف کنید.
- ✓ وعده های غذایی را در دفعات بیشتر و حجم کمتر مصرف کنید. باید غذا را به خوبی جویده و آرام مصرف کنید.
- ✓ بهداشت دهان رعایت شود و غذا در محیط آرام میل شود.

❖ فعالیت

- ✓ در طول روز استراحت متناوب داشته باشید.
- ✓ در صورت داشتن تب، اسهال یا خونریزی در تخت استراحت داشته باشید.

❖ مراقبت

- ✓ دارو طبق تجویز پزشک و در فواصل مشخص توسط پرستار داده خواهد شد.
- ✓ از دستکاری سرم و رابط ها اجتناب کنید.

✓در مرحله حاد برای حفظ تون عضلات و جلوگیری از ترومبوآمبولی تمرینات فعال و غیرفعال داشته باشید.

✓بهداشت دهان رعایت شود.

✓در صورت داشتن درد و تغییر در اجابت مزاج به پرستار اطلاع دهید.

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 افضل‌ی پور کرمان. بهار 1403

034 31328143