

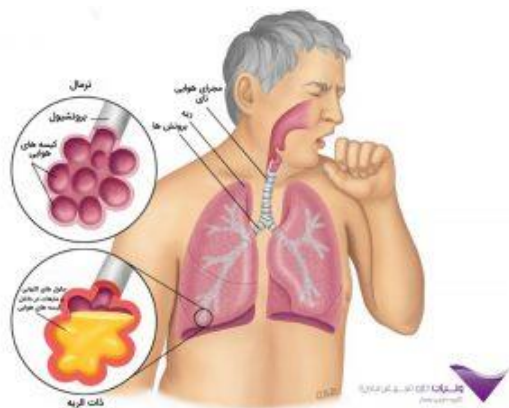


دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی گرجستان

بیمارستان شهید بهشتی قزوین

آموزش به بیمار

با موضوع: پنومونی (ذات الریه)



تهیه کنندگان: گروه آموزش به بیمار

تأیید کننده علمی: خانم دکتر سوده صالحی (متخصص داخلی)

بهمن ۱۴۰۱

۱۱- برای افزایش ایمنی از مواد غذایی حاوی ویتامین C (پرتقال - نارنگی) و انواع مغزها استفاده کنید .

زمان مراجعات بعدی :

جهت پیگیری و زمان قبل از اتمام دارو جهت ویزیت مجدد به پزشک مراجعه کنید .

هشدار:

در صورت بروز مشکل در تنفس یا تنفس غیر طبیعی ، ناخن ها و لب ها ی کبود رنگ ، تب ، تنفس سخت حین خواب و یا تو کشیدن عضلات بین دنده ای سریعاً به اورژانس بیمارستان مراجعه کنید .

منبع:

کتاب پرستاری - داخلی و جراحی بروز و مودارث بیماری تنگی



با آرزوی سلامتی و تندرستی

تغذیه رژیم غذایی :

۱- در صورت داشتن تهوع و استفراغ یا اختلالات تنفس شدید موقتاً تغذیه از راه دهان قطع و تا بهبودی علائم مایعات وریدی جایگزین آن می شود .

۲- رژیم غذایی باید به صورتی باشد که موجب تحریک ریه ها و سرفه نشود و همچنین حجم مصرفی در هر وعده کاهش یابد .

۳- پزشک و کارشناس تغذیه می توانند در انتخاب رژیم غذایی مناسب به شما کمک کنند .

۴- پس از شروع رژیم غذایی به منظور رقیق شدن مخاط ریه ها از مایعات به مقدار کافی استفاده کنند .

۵- به علت خستگی و تنگی نفس اشتها کاهش می یابد از غذاهای پرانرژی و پر پروتئین در حجم کم و وعده های زیاد استفاده شود .

۶- در صورت نداشتن محدودیت در مصرف مایعات حداقل هشت تا ده لیوان در روز آب بنوشند ، زیرا باعث رقیق شدن ترشحات و خروج آن کمک می کند .

۷- مصرف غذای شور ، پرادویه ، چرب و سرخ شده و نوشیدنی های حاوی کافئین در رژیم غذایی خود محدود کنند.

۸- از مواد غذایی مفید برای کاهش التهاب ریه مثل نوشیدنی های گرم حاوی عسل استفاده کنند (در صورت نداشتن بیماری دیابت و یا ممنوعیت غذائی)

۹- تا حاصل شدن بهبودی کامل از مواد غذایی همچون شیرینی و شکلات و آجیل شور استفاده نکنند .

بیماری پنومونی (ذات الریه) :

التهاب بافت ریه می باشد که یکی یا دو طرفه قفسه سینه را درگیر میکند و معمولا در ریه عفونت ایجاد می شود از نظر بالینی پنومونی به صورت بیماری اولیه و یا به عنوان عارضه بیماری رخ می دهد علت ایجاد عفونت ریه در نیمی از موارد باکتریها بوده و در اثر عوامل ویروسی ، قارچ ، مواد شیمیایی می تواند ایجاد شود .

علائم بیماری شامل :

تب ، لرز ، تعریق ، سرفه ، ضعف ، بی حالی ، کاهش اشتها ، درد عضلانی ، خس خس و درد قفسه سینه ، تنفس سخت در مراحل شدید تر .

مراقبت های دارویی :

* آنتی بیوتیک ها جهت درمان عفونت و گشادکننده نایژه کمک کننده می باشند که طبق دستور پزشک توسط پرستار و در فواصل زمان معین به بیمار داده می شود در کنار آنتی بیوتیک فیزیوتراپی قفسه سینه و در مواردی اکسیژن استفاده می شود .
* داروهای آنتی بیوتیک طبق دستور پزشک مصرف شود.
* داروها را به صورت کامل و در زمان مقرر مصرف نمایید.
* اکسیژن درمانی در مدت بستری طبق دستور پزشک و از قطع خودسرانه اکسیژن اجتناب کنید .
* در مورد تزریق واکسن آنفلوانزا با پزشک مشورت کنید.
* سیگار باعث تشدید بیماری می شود ، در صورت استعمال دخانیات بهتر است ترک نمایید .

خود مراقبتی :

* برای بهبود وضعیت تنفس خود دم آهسته هر بار و باز دم طولانی در وضعیت خم شده به جلو و با لب های غنچه ای انجام دهند .
* در وضعیت نشسته یا نیمه نشسته قرار گیرند تا راحت تر نفس بکشند .
* به صورت مکرر در تخت تغییر وضعیت داده و در جهت سرفه و تنفس عمیق تلاش کنند .
* از سیگار کشیدن یا قرار گرفتن در معرض دود سیگار خودداری کنند .
* برای پاک کردن راه هوایی آرام و به صورت کنترل شده سرفه کنند .
* با استفاده از یک دستگاه مرطوب کننده هوا یا بخور گرم رطوبت کافی را برای تنفس راحت تر فراهم کنند .
* از فعالیت هایی که موجب تشدید علائم تنگی نفس می شود ، پرهیز شود و استراحت کنند .
* بهداشت فردی را جهت پیشگیری از عفونت رعایت کنند و ترشحات ریه های خود را در دستمال یک بار مصرف تخلیه کنند .
* برای باز کردن راههای هوایی آرام و به صورت کنترل شده سرفه کنند .
* جهت تخفیف و کم کردن درد قفسه سینه همکاری لازم با تیم مراقبتی داشته باشند .
* از دستگاه بخور برای محدود کردن هوای استنشاقی با اجازه پزشک معالج استفاده نمایند .
* از خوابیدن طولانی در یک وضعیت خودداری کنند .
* از مصرف مواد محرک مانند اسپری خوشبو کننده ، وایتکس و شیشه شور خودداری کنید .

فعالیت ها :

۱- استراحت نسبی داشته باشند و از فعالیت بیش از حد که ممکن است نشانه های بیماری تنگی نفس و سرفه شدید و افزایش ضربان قلب ایجاد کند اجتناب نمایند .
۲- از رفتن به محل های آلوده ، گرد و غبار و تردد در هوای آلوده خودداری نمایند و در روزهای آلودگی هوا از تردد غیر ضروری خودداری نمایند.
۳- تا هنگام فروکش کردن تب استراحت در بستر ضروری است پس از آن فعالیت های طبیعی را از سر بگیرند .
۴- انجام فعالیت های بدنی را مناسب با زمان استراحت خود تنظیم کنند و از فعالیت های خارج از توان خودداری کنند .

