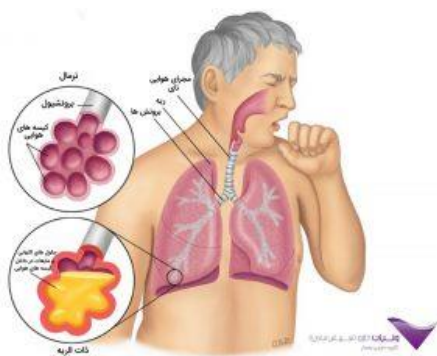




بیمارستان شهید بهشتی قزوین

آموزش به بیمار

با موضوع: پنومونی (ذات الریه)



تهیه کنندگان: گروه آموزش به بیمار

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

تاریخ تهیه: ۱۴۰۳/۷/۱

تاریخ بازبینی: ۱۴۰۵/۷/۱

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 کنند.

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 کنند.

منبع:

- کتاب پرستاری - داخلی و جراحی
- برونر و سودارث بیماری تنفسی
شماره تماس واحد آموزش و پیگیری بیمار:

۰۹۹۶۶۵۶۳۲۸۵



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 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 آنفولانزا 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 راه های 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 .

