



وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی استان ایلام
مرکز آموزشی درمانی شهید مصطفی خمینی (ره)
واحد آموزش به بیمار



همکار محترم پرستاری بهارستان با توجه به دستورالعمل جامع خود مراقبتی و آموزش بهار، الزامی است آموزش بهار حین بستری و ترخیص، طبق این دستورالعمل و حداقل محتوای زیر انجام گیرد

جهت دریافت جواب در تاریخ / / به واحد مراجعه فرمایید	پزشک یا پزشکان معالج:	نام بیماری: ادم حاد ریه 2/1
	نام و نام خانوادگی بیمار:	تاریخ ترخیص:
<p style="text-align: center;">❖ رژیم غذایی</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ مواد غذایی پرکالری، پر پروتئین، پر ویتامین (C ، اسید فولیک و ...) مصرف کنید. ✓ تعداد وعده های غذایی را افزایش داده، ولی حجم غذای مصرفی را در هر وعده کاهش دهید. ✓ مصرف مایعات را کاهش دهید تا باعث بهبود عملکرد قلب و ریه گردد. ✓ از خوردن مواد حاوی کافئین مثل قهوه، چای، کولا، شکلات، غذاهای نفاخ (کلم ، حبوبات و ...) خودداری کنید. ✓ استفاده از رژیم غذایی کم نمک و کم چربی و پرهیز از مصرف غذاهای با سدیم بالا. ✓ برای خوشمزه کردن غذاها می توانید از طعم دهنده های طبیعی غذا مانند لیموترش و ... استفاده کنید. 		
<p style="text-align: center;">❖ فعالیت</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ استراحت نسبی داشته باشید و هنگام استراحت، در فواصل منظم در تخت چرخیده و وضعیت جدیدی به خود بگیرید. ✓ فعالیت هایی مثل حمام کردن و لباس پوشیدن و قدم زدن به مدت کوتاه را بتدریج شروع کرده و برای جلوگیری از خستگی زیاد در فواصل لازم استراحت کنید. ✓ پس از درمان، فعالیت های خود را به تدریج با نظر پزشک از سر بگیرید. 		
<p style="text-align: center;">❖ مراقبت</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ جهت تسهیل تنفس، به صورت نیمه نشسته در بستر استراحت نمایید. ✓ جهت کنترل وزن و ارزیابی تعادل مایعات بدن، کنترل جذب و دفع مایعات انجام می شود. ✓ کنترل علائم حیاتی بیمار، هر پانزده دقیقه تا نیم ساعت یک بار یا طبق دستور پزشک. ✓ جهت تسهیل تنفس و برطرف شدن تنگی نفس از اکسیژن استفاده کنید. ✓ ساعات خواب و استراحت روزانه ی خود را تنظیم نمایید. ✓ در صورت وجود تب و تغییر در رنگ و مقدار خلط، تنگی نفس و سرفه اطلاع دهید. 		
<p style="text-align: center;">❖ دارو</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ استفاده از آنتی بیوتیک ها چنانچه ادم ریه در اثر عفونت بروز یافته باشد. ✓ استفاده از داروهای تقویت کننده عضله قلب (برای بالا بردن قدرت ضربان قلب). ✓ استفاده از ترکیبات مخدر جهت کاهش اضطراب، کاهش جریان خون به سوی ریه و کاهش نیاز اکسیژن بدن. 		

حین بستری ۲



وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی استان ایلام
مرکز آموزشی درمانی شهید مصطفی خمینی (ره)
واحد آموزش به بیمار



همکار محترم پرستاری بیمارستان با توجه به دستورالعمل جامع خود مراقبتی و آموزش بیمار، الزامی است آموزش بیمار حین بستری و ترخیص، طبق این دستورالعمل و حداقل محتوای زیر انجام گیرد

نام بیماری: بیماری ادم حاد ریه 2/2		پزشک یا پزشکان معالج:		نام و نام خانوادگی بیمار:						
<p>❖ رژیم غذایی</p> <p>✓ بهتر است از رژیم غذایی سرشار از پروتئین، ویتامین و پرفیبر (سبزیجات، میوه و ...) استفاده ننمائید.</p> <p>✓ از خوردن غذاهای کنسرو شده (انواع تن ها و ...) به دلیل بالا بودن مقدار نمک اجتناب کنید.</p> <p>✓ از خوردن غذاهای حاوی کافئین مثل قهوه، چای، کولا و شکلات خودداری کنید.</p> <p>✓ از خوردن غذاهای نفاخ، ادویه دار و خیلی داغ یا خیلی سرد اجتناب کنید.</p> <p>✓ برای تغییر در طعم غذا می‌توانید از طعم دهنده‌های طبیعی مانند لیموترش و ... استفاده کنید.</p>										
<p>❖ فعالیت</p> <p>✓ با نظر پزشک برای خود برنامه ورزشی مناسب تنظیم کنید و آن را به طور منظم انجام دهید.</p> <p>✓ فعالیت‌هایی مثل حمام کردن و لباس پوشیدن و قدم زدن به مدت کوتاه را بتدریج شروع کرده و برای جلوگیری از خستگی زیاد در فواصل لازم استراحت کنید.</p> <p>✓ در مورد مسافرت‌های هوایی با پزشک معالج خود مشورت کنید.</p>										
<p>❖ مراقبت</p> <p>✓ از قرار گرفتن در گرما و سرمای زیاد خودداری کنید زیرا باعث افزایش خلط و تنگی نفس خواهد شد.</p> <p>✓ در صورت قرار گرفتن در محیط سرد از ماسک و شال گردن استفاده کنید.</p> <p>✓ از قرار گرفتن در محیط شلوغ و با ترافیک سنگین و دود خودداری کنید.</p> <p>✓ سعی کنید اتاق دارای تهویه مناسب باشد.</p> <p>✓ از مواد محرک تنفسی مثل سیگار (قلیان و پپ) پرهیز کرده و در محیط‌هایی که دود سیگار وجود دارد وارد نشوید.</p> <p>✓ از افراد سرماخورده و مبتلا به عفونت‌های تنفسی دوری کنید.</p> <p>✓ به علت تنگی نفس در این بیماران توصیه میشود اکسیژن به خصوص در شب در دسترس باشد (در صورت صلاحدید پزشک)</p> <p>✓ به دلیل این که چاقی از عوامل تشدید کننده بیماری است روزانه وزن خود را کنترل کنید.</p> <p>✓ جهت تسهیل تنفس به صورت نیمه نشسته استراحت کنید.</p> <p>✓ در بیشتر موارد علائم با درمان قابل کنترل است، درمان به موقع می‌تواند خطرات بیماری را بشدت کاهش دهد.</p> <p>✓ در صورت بیماری قلبی، زمینه‌ای ایجاد کننده ادم ریه، فرد نیازمند درمان مادام العمر خواهد بود.</p>										
<p>دارو</p> <p>✓ آنتی‌بیوتیک‌های خود را طبق برنامه و بر اساس آموزش‌های داده شده و سر ساعت معین استفاده کنید.</p> <p>✓ در صورت استفاده از داروهای تقویت کننده عضله قلب مانند دیگوکسین دوره درمان باید کامل و دارو سر وقت معینی داده شود.</p> <p>✓ از مصرف داروهای سرما خوردگی بدون نسخه پزشک اجتناب کنید.</p>										
<p>❖ زمان مراجعه بعدی</p> <p>✓ در صورت بروز علائم از قبیل افزایش سرفه، افزایش خستگی، تنگی نفس سریع، رنگ پریدگی و افت فشار خون به پزشک مراجعه کنید.</p> <p>✓ به طور منظم جهت ادامه درمان به پزشک معالج مراجعه کنید</p>										
توجهات ویژه و زمان مراجعات بعدی:										
نام دارو		مقدار		ساعت مصرف		ارتباط با غذا		توجهات ویژه		
						صبح	قبل از غذا	بعد از غذا	همراه غذا	هنگام خواب
						صبح	قبل از غذا	بعد از غذا	همراه غذا	هنگام خواب
						صبح	قبل از غذا	بعد از غذا	همراه غذا	هنگام خواب
<p>به منظور افزایش آگاهی و رضایتمندی مراجعه کنندگان عزیز، درخواست می‌شود نظرات اصلاحی خود را به سوپروایزر آموزشی واقع در دفتر پرستاری اعلام کنید</p>										
نام و نام خانوادگی بیمار یا همراه وی امضاء			مهر و امضاء پرستار			مهر و امضاء پزشک				
دکتر اسماعیل قاسمی فوق تخصص ریه ادرس مطب صبح : کلینیک فجر			دکتر عباس قیصری فوق تخصص ریه ادرس مطب صبح : کلینیک فجر انقلاب عصر: مطب: سعدی جنوبی پشت حوزه علمیه			خانم دکتر شکرری فوق تخصص ریه ادرس مطب صبح : کلینیک فجر انقلاب عصر: مطب: سعدی جنوبی پشت حوزه علمیه				

دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین بستری و زمان ترخیص