



مراقبت از هموواک (درن)

کد پمفلت: AH/HE28

بیمارستان اشرفی خمینی شهر

➤ واحد آموزش سلامت همگانی

بطور کلی از روز دوم بعد از عمل می توان دوش گرفت و زخم و محل درن را با آب و صابون با دست شست و و تا 7 روز باید روزانه محل عمل را پانسمان کرد.

در صورت خارج شدن درن از محل خود، در محل درن یک گاز استریل گذاشته و به پزشک اطلاع دهید دقت کنید که لوله ها دچار پیچ خوردگی نشوند از فشار و خم شدن لوله ها خودداری کنید هموواک جهت تسهیل درناژ ترشحات پایین تراز بدن قرار گیرد. درن همیشه باید در حالت خلاء قرار گیرد. مگر پزشک دستور خاصی در این مورد داده باشد.

مراقبت از درن

درن ها به طور معمول پس از کاهش خروجی ترشحات، برداشته می شوند و جای آنها بخیه می خورد یا خیلی ساده پانسمان می شود. در این حالت باید مانند هر بخیه یا پانسمان دیگری مراقبت های لازم را رعایت کنید تا دچار مشکل نشوید.

اکثر بیماران 1-2 روز پس از عمل با لوله ای در محل عمل بنام درن از بیمارستان مرخص می شوند. ترشحات این لوله در ابتدا خونی بوده و بتدریج رنگ آن تغییر کرده و روشن می شود.



نحوه شارژ درن و تخلیه ترشحات

ابتدا مسیر درن را با کلیپس درن ببندید. بالای درن دو دریچه است، دریچه ای که به شلنگ وصل نیست را باز کنید. مایع داخل آن را درون ظرف مدرج بریزید و میزان درجه را خوانده و بر روی کاغذ یادداشت نمایید و مایع را در فاضلاب تخلیه کنید. محفظه درن را فشار دهید تا جمع شود سپس دریچه را ببندید. مراقب باشید درن از محل خارج نگردد. آخر کلیپس را باز کنید تا مسیر درن باز شود. پس از تخلیه مجدداً همو واک را در حالت جمع فشرده کرده و کلیپس را ببندید.

انواع مختلف درن جراحی

درن جراحی خود به دو دسته درن باز و درن بسته تقسیم می‌شود. در درن باز آن سر لوله پلاستیکی که از بدن خارج شده، داخل یک کیسه استروما یا یک پد پانسمانی ساده قرار می‌گیرد. این نوع از درن جراحی، احتمال ابتلا به عفونت را بالا می‌برد؛ چرا که قاعدتاً هنگامی که مایعات از طریق این لوله قادر به خروج هستند، باکتری‌ها نیز می‌توانند از لوله وارد شوند!

نوع دیگر درن، درن بسته است. در این نوع، انتهای خارجی لوله درون یک کیسه یا بطری قرار می‌گیرد که برای درن طراحی شده است. در این نوع، خطر ابتلا به عفونت بسیار کم می‌شود چرا که باکتری در محفظه بسته انتهایی لوله وجود ندارد که بخواهد وارد بدن شما شود.

درن جراحی چیست؟

انتهای این لوله‌ها که خارج بدن قرار گرفته را معمولاً به کیسه‌های پلاستیکی متصل می‌کنند، تا هوا و مایعاتی که در محل انجام جراحی جمع شده، از این طریق از بدن خارج شوند. البته همه جراحی‌ها به درن نیاز ندارند. در واقع به عهده جراح شما است که با بررسی موقعیت از آن استفاده که چرا از درن جراحی استفاده می‌کنیم؟ برخی جراحی‌ها در بخش‌هایی از بدن صورت می‌گیرند که تولید مایعات در آنها به شکل زیادی صورت می‌گیرد! بدون استفاده از درن، این مایعات جمع می‌شوند و چیزی شبیه به یک آبسه ایجاد می‌کنند که بسیار درد آور است. فشاری که این آبسه بر روی عضو جراحی شده وارد می‌کند نیز باعث توقف روند بهبود آن عضو می‌شود. برای همین در این جراحی از درن استفاده می‌شود تا مایعات اضافی بدون هیچ مشکلی از بدن خارج شوند؛ پس از توقف ترشح مایعات درن به راحتی از بدن شما خارج می‌شود.

دیابت چیست؟

دیابت، افزایش سطح قند خون به علت نقص در ترشح انسولین یا نقص در عملکرد آن و یا هر دو مورد می باشد. انسولین هورمونی است که در پانکراس تولید شده و سطح قند خون را زیاد می کند. دیابت ممکن است منجر به بروز مشکلاتی مثل بیماری های مربوط به رگ های قلبی، رگ های مغزی و رگ های محیطی شود.

دیابت بر اساس علت به وجود آورنده آن به 4 نوع تقسیم می شود:

- دیابت نوع اول (تیپ 1) : وابسته به انسولین است که در آن تولید انسولین کم بوده و یا وجود ندارد. شروع آن ناگهانی و معمولاً قبل از 30 سالگی است.

- دیابت نوع دوم (تیپ 2) : غیر وابسته به انسولین است که به علت کاهش مقدار انسولین و یا مقاومت به انسولین ایجاد می شود. این دیابت در افراد بالای 30 سال سن و چاق رخ می دهد.



عوامل ایجاد کننده دیابت نوع دوم عبارت است از : چاقی ، کم تحرکی ، سابقه فامیلی ، بیماری فشار خون ، دیابت ، سن بیشتر از 45 سال ، مصرف رژیم غذایی پر چرب ، بارداری و مصرف برخی از داروها



- دیابت دوران بارداری : این نوع دیابت مثل دیابت نوع دوم در نتیجه مقاومت به انسولین به وجود می آید و در 2 تا 5 درصد حاملگی ها اتفاق می افتد. دیابت حاملگی بیشتر در نیمه دوم حاملگی رخ داده و علت ایجاد آن ، هورمون های ترشح شده توسط جفت است که عملکرد انسولین را کم می کند .



دیابت چه علائمی دارد؟

- پر ادراری
- پر نوشی
- پر خوری



- خستگی
- ضعف
- تغییرات ناگهانی در بینایی
- بی حسی و گز گز شدن دست و پاها
- خشکی پوست
- کاهش بهبود زخم های بدن
- کم کردن ناگهانی وزن
- تهوع و استفراغ
- گاهی اوقات درد های شکمی



بیمارستان شهید اشرفی خمینی شهر

دیابت



واحد آموزش به بیمار

کد پمفلت : AH/HE2

بهار 1401

منابع :

- کتاب آموزش به بیمار (فاطمه غفاری)
- کتاب پرستاری برونر و سودارث (دیابت)

نشانی :

خمینی شهر - خیابان بوعلی - بیمارستان شهید
اشرفی طبقه اول - واحد آموزش به بیمار

شماره تلفن : 031-33625081

درمان این بیماری چگونه است ؟

1. دیابت نوع اول : تجویز انسولین ، رعایت رژیم غذایی ، ورزش و پیوند پانکراس



2. دیابت نوع دوم : رعایت رژیم غذایی ، تجویز داروهای خوراکی پایین آورنده قند خون (مثل متفورمین و یا گلی کلازید) و یا انسولین تراپی



3. درمان عوارض دیابت : در صورت بروز نارسایی کلیه دیالیز و در صورت ایجاد مشکلات رگ های نواحی مختلف ، جراحی



بیمارستان شهید اشرفی خمینی شهر

آنچه یک دیابتی باید بداند (1)



واحد آموزش به بیمار

کد پمفلت : AH/HE3

بهار 1401

منابع

- کتاب آموزش به بیمار (فاطمه غفاری)
- کتاب پرستاری برونر و سودارث (دیابت)

نشانی:

خمینی شهر - خیابان بوعلی - بیمارستان شهید اشرفی

طبقه اول - واحد آموزش به بیمار

شماره تلفن : 031-33625081

چگونه از مشکلات قلبی - عروقی پیشگیری کنیم؟

- از مصرف سیگار بپرهیزید .
- وزن و فشار خون خود را در حد طبیعی نگه دارید .
- از رژیم غذایی کم چرب استفاده نمایید .
- از عوامل ایجاد اضطراب ، دوری کنید .
- قند خون خود را همیشه با دستگاه قند خون یا آزمایش خون ، کنترل کنید .

چگونه از ایجاد مشکلات بینایی جلوگیری کنیم؟

- حداقل سالی یک بار (خصوصاً سن بالای 45 سال) به چشم پزشک مراجعه کنید .
- بعد از 5 سال ابتلا به مرض قند ، هر 6 ماه یک بار به چشم پزشک مراجعه کنید .

در صورت ایجاد مشکلات جنسی ، چه کاری انجام دهم؟

- یکی از عوارض دیابت ، اشکال در عملکرد جنسی خصوصاً ناتوانی جنسی در مردان است . لذا در چنین مواردی ، با یک مشاور یا پزشک مشورت نمایید .



چه ورزش هایی انجام دهیم؟

- توصیه می شود که ورزش به طور منظم و تدریجی ، در حد تحمل و روزانه در یک زمان مشخص انجام شده و کم کم ، زیاد شود .

- ورزش هایی مثل پیاده روی ، دو ، شنا ، دوچرخه سواری و تنیس پیشنهاد می شود . اما ورزش های سنگین مثل بدنسازی ، به علت افزایش قند خون ، توصیه نمی شود .

- در صورت داشتن برنامه ورزشی ، حداقل 3 روز متفاوت در هفته و هر بار به مدت 45 الی 60 دقیقه ، ورزش کنید . سطح قند خون قبل و بعد از ورزش را کنترل نمایید و اگر کمتر از 250 بود ، فعالیت ورزشی را قطع کنید .

- قبل از شروع تمرین ، ورزش های هوازی و نرمش برای گرم کردن بدن انجام دهید تا بدن شما به ضربان قلب مطلوب برسد . (جهت تعیین ضربان قلب مطلوب ، سن را از 220 کم کرده و جواب را در عدد 0.7 ضرب کنید)

انجام ورزش باید به حدی باشد که احساس کوتاهی نفس و عرق کردن نمایید ، نه آن قدر شدید ، که مشکل تنفسی پیدا کنید . در یه ربع آخر ورزش ، باید به آهستگی قدم بزنید . ضربان قلب خود را قبل ، در حین انجام ورزش و بعد از آن ، کنترل کنید .

- از ورزش کردن در هوای بسیار گرم یا سرد و همچنین از مصرف الکل قبل از ورزش ، خودداری نمایید .

- احتمال کاهش قند خون در حین یا پس از انجام ورزش وجود دارد ، بنابر این 1 تا 3 ساعت بعد از غذا ، ورزش کنید . لازم قبل از ورزش یک وعده غذای سبک (مثل آبمیوه یا شیر) میل کنید و همیشه قند ، آب نبات یا شکلات به همراه داشته باشید و حین یا بعد از ورزش آن را بخورید .

- در صورت ابتلا به فشار خون و مشکلات بینایی ، ورزش شدید انجام ندهید .

- هرگز به تنهایی ورزش نکنید و در صورت مشاهده نشانه هایی مثل درد قفسه سینه ، تنگی نفس شدید ، تپش قلب ، گیجی ، ضعف و تهوع ، بلافاصله ورزش را متوقف کنید .



چگونه از کاهش قند خونم پیشگیری کنم؟

بهتر است در شب ، از یک میان وعده قبل از خواب استفاده کنید . از ورزش شدید ، تزریق انسولین زیاد و مصرف ناکافی غذا پرهیز نمایید . باید همیشه یک خوراکی حاوی قند ساده به همراه داشته باشید و در صورتی که دچار افت قند خون (با نشانه هایی مثل ضعف ، سر درد ، گرسنگی ، عرق کردن ، تپش قلب ، گیجی و ... شدید) آن را بخورید و به نزدیکترین مرکز درمانی مراجعه نمایید .

چگونه از افزایش اسید خونم جلوگیری کنم؟

از قطع خودسرانه انسولین یا کاهش میزان دارو پرهیز کنید . در هر ساعت مقداری مایعات بنوشید . در حالت تهوع و استفراغ باید مصرف مایعات را محدود نمایید و در صورت ادامه استفراغ ، به پزشک مراجعه کنید . علائم افزایش اسید خون ، شبیه آنفلونزا بوده و شامل : تهوع ، استفراغ ، درد شکم ، ایجاد بوی تند در دهان می باشد . در چنین حالتی سریعاً به اورژانس مراجعه نمایید .

برای پیشگیری از عفونت چه کاری انجام دهیم؟

از تماس با افراد مبتلا به عفونت پرهیز کنید و در صورت بروز هرگونه نشانه عفونت (تب ، ضعف ، ترشح چرکی از زخم و ...) به پزشک مراجعه کنید .





بیمارستان شهید اشرفی خمینی شهر

آنچه یک دیابتی باید بداند (2)



واحد آموزش به بیمار

کد پمفلت : AH/HE4

بهار 1401

منابع :

- کتاب آموزش به بیمار (فاطمه غفاری)
- کتاب پرستاری برونر و سودارث (دیابت)

نشانی :

خمینی شهر - خیابان بوعلی - بیمارستان شهید اشرفی
طبقه اول - واحد آموزش به بیمار
شماره تلفن : 031-33625081

آیا می توانم به مسافرت بروم ؟

بله



در هنگام مسافرت , توصیه های زیر را جدی بگیرید :

- از کفش و لباس راحت استفاده کنید .
- در صورت استفاده از انسولین , ویال انسولین و سرنگ آن را در ساک خود قرار دهید .
- کارت شناسایی خود را به همراه داشته باشید .
- مواد غذایی قندی مثل کلوچه , آب نبات , قند و آب میوه را در دسترس خود قرار دهید تا در صورت افت قند خون , بتوانید از آن ها استفاده کنید .

چرا رعایت بهداشت بهداشت دهان و دندان برای

بیمار دیابتی لازم است ؟

دیابت احتمال عفونت لثه ، افتادن دندان ها و جمع شدن چرک در دهان را زیاد می کند . پس باید بهداشت دهان و دندان خود را رعایت نمایید .

چگونه از دهان و دندان هایم ، مراقبت کنم ؟

- بعد از هر وعده غذایی ، دهان خود را شسته و دندان هایتان را مسواک و آب نمک غرغره نمایید .



- در صورت ایجاد درد ، خونریزی و ورم لثه های خود ، به نزد پزشک بروید .

- اگر از دندان مصنوعی استفاده می کنید ، قبل از خواب آن ها را از دهان بیرون آورده و خوب بشویید . سپس در

چگونه از پاهای خود ، مراقبت کنم ؟

- روزانه پاها را از نظر تاول ، بریدگی و خراشیدگی بررسی کنید . (برای بررسی دقیق تر می توانید از یک آینه استفاده کنید)

- پاها و خصوصا بین انگشتان خود را همیشه خشک نگه دارید - از کیف یا بطری آب گرم ، برای گرم کردن پاها استفاده نکنید .

- روی مکان های شنی یا سیمانی ، پا برهنه راه نروید .

- از مواد شیمیایی برای از بین بردن میخچه و پینه چاها استفاده نکنید .

- از محلول های شیمیایی برای شستن پاهای خود ، استفاده نکنید .

- قسمت داخلی کفش های خود را روزانه از نظر وجود اجسام خارجی ، ذرات ناخن و سنگ ریزه بررسی کنید .

- از جورابی استفاده کنید که دقیقا اندازه پای شما باشد .

- کفش راحت و مناسب (چرمی) بپوشید .

- از کفش بدون جوراب استفاده نکنید .

- دمپایی های انگشتی نپوشید .

- در فصل زمستان ، جوراب پشمی بپوشید .

- ناخن های خود را کوتاه کرده و آن ها را صاف بچینید .

- هرگز پینه ها و میخچه های پا را دستکاری نکنید .

- در صورت مشاهده زخم یا تاول روی پاها ، به پزشک مراجعه کنید .

چگونه از پوست بدن خود ، مراقبت کنم ؟

- روزانه پوست نواحی مختلف بدن خود را از نظر زخم ، بریدگی و یا قرمزی بررسی کنید و در صورت ایجاد زخم ، به دقت محل مورد نظر را شستشو دهید .

- هر روز با آب گرم و صابون ملایم ، حمام کنید .



- برای پیشگیری از خشکی پوست ، از لوسیون های کودک (حاوی نرم کننده) استفاده کنید .

- از لباس زیر نخی استفاده نمایید .

- از حمام کردن با آب داغ پرهیز کنید زیرا باعث آسیب پوست شما خواهد شد .

- با احتیاط راه بروید .

- در صورت بروز نشانه های زیر به پزشک مراجعه کنید : ورم ، رنگ پریدگی ، سوزنی شدن دست ها و پاها و

خشک شدن

برای کنترل علامتی در مرحله حاد بیماری : داروهای

مثل سالبوتامول استنشاقی و اپی نفرین استنشاقی

درمان بلند مدت : داروهای مثل بکلومتازون ،

سالمترول ، مونته لوکاست و کرومولین سدیم

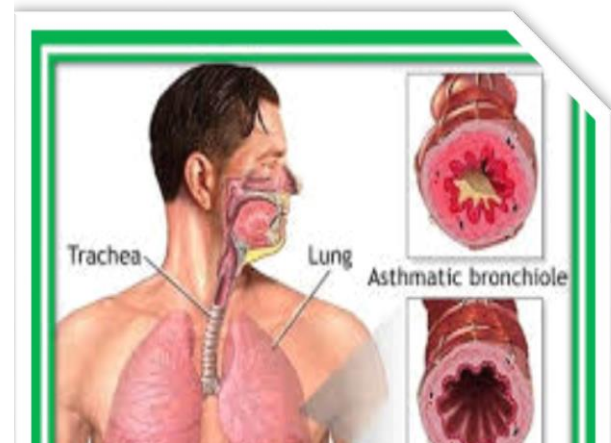
منابع :

- کتاب در سنامه پرستاری داخلی - جراحی



آسم چیست؟

آسم یا نفس تنگی بیماری مزمن التهابی راه های هوایی است. ویژگی آن التهاب متغیر این راهها و افزایش پاسخ دهی آن ها در مواجهه با تعداد زیادی از محرکها می باشد. افراد مبتلا به این بیماری، دچار حملات یا دوره های شدیدی می شوند که ناشی از واکنش حساسیتی و گرفتگی قابل برگشت مجاری تنفسی است. این حملات زمانی بروز می کنند که مجاری هوایی در ریه ها در اثر عوامل خاص محیطی دچار بیش فعالی شده و سپس ملتهب و گرفته می شوند. علائم مداوم این بیماری ممکن است شامل تنگی نفس، احساس فشار روی سینه، خلط و سرفه باشد.



1. بطری فلزی حاوی دارو را به آرامی از بدنه پلاستیکی اسپری بیرون بکشید. سرپوش دهانه قطعه پلاستیکی را جدا کنید.

2. بدنه پلاستیکی و سرپوش دهانه آن را در آب گرم غوطه

عوامل مولد بیماری آسم چیست؟

عوامل مولد بیماری آسم عوامل تحریک کننده بیرونی یا درونی هستند که می توانند علائم را تشدید کرده و باعث حملات بیماری شوند. این عوامل معمولا در افراد مختلف متفاوت است. از این رو می توان با شناسایی و جلوگیری از تماس با این عوامل تحریک کننده، از بروز علائم شدید و آزار دهنده بیماری جلوگیری کرد.

عوامل تحریک کننده بروز حملات آسم عبارتند از:

- عفونت های سیستم تنفسی بالایی مثل سرماخوردگی
- آلرژن ها مثل ذرات گرد و غبار، ذرات ناشی از حیوانات خانگی کپک و قارچ
- مواد تحریک کننده مثل سیگار و آلودگی هوا



- داروها مثل ایندرال و اسپرین

- مواد نگهدارنده غذایی مثل سولفات منیزیم

منابع:

- manual of asthma management

- Elviser mobys nursing skill

آسم چه علائمی دارد؟

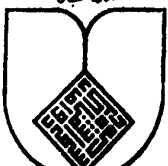
1. افزایش تعداد تنفس
2. خس خس سینه
3. گرفتگی سینه
4. سرفه (خصوصا سرفه شبانه)
5. تولید خلط

چگونه آسم را درمان کنیم؟

- بهترین راه جلوگیری از بروز حملات، خودداری از تماس با مواد و یا عوامل تحریک کننده است. از موارد مهم دیگر می توان به زندگی نکردن در شهرهایی که دارای میزان آلودگی بالا در هوا می باشند، اشاره کرد.
- درمان دارویی: بسته به شدت بیماری، نیاز به مصرف دارو در مبتلایان به آسم متفاوت است. دارو تنها نقش کنترل علائم را داشته و درمان قطعی دارویی در حال حاضر برای این بیماری وجود ندارد.



پایه علمی خدمات بهداشتی در ایران
تاسیس ۱۳۵۷





بیشتر بیماران به روش صحیح از اسپری خود استفاده نمی کنند . وقتی شما از اسپری به روش نادرست استفاده کنید , هیچ دارویی به ریه های شما



برای جلوگیری از تغییرات پوستی از جمله سختی پوست و تحلیل عضلانی، تزریق انسولین باید به صورت چرخشی و 1 الی 2 سانتی متر با فاصله از محل تزریق قبلی انجام

3- سوزن را حداقل 7 ثانیه زیر پوست نگهدارید تا اطمینان حاصل شود که دوز کامل و صحیح وارد بدن شده است سپس سوزن و قلم را با همان زاویه از زیر پوست

قلم انسولین چیست ؟

وسیله ای برای تزریق آسان و سریع انسولین بکار می رود

نام صحیح آن انسولین قلم است ؟

شرایط نگهداری قلم انسولین :

✓ قلم را در محل تمیز و خشک و دور از حرارت نگه داری کنید

4- قلم را طوری نگه دارید که سوزن آن به سمت بالا باشد
با ضربه زدن به مخزن انسولین حباب های موجود در آن
را تخلیه کنید

5- دکمه تزریق را به داخل فشار دهید بررسی کنید که
انسولین از نوک سوزن بیرون بیاید و دریچه مقدار " " را
نمایش دهد

تنظیم مقدار انسولین و تزریق

- 1- مقدار انسولین را با چرخاندن پیچ تنظیم انتخاب کنید
- 2- سوزن را به طور عمودی و با زاویه 90 درجه وارد پوست کرده و دکمه تزریق را تا انتها فشار دهید (اگر لاغر هستید بهتر است با زاویه 45 درجه سوزن را وارد کنید که وارد عضله نشود) تا عدد صفر مقابل نشانه قرار گیرد ..



منبع:

پرستاری داخلی - جراحی برونر و سوداژ

- 15- پینه ها و میخچه ها را دستکاری نکنید
- 16- برای کمک به خونرسانی بهتر به انگشتان و پاهای آنها
را مرتب ماساژ دهید.

دیابت

دیابت بیماری است که به علت عدم تولید کافی انسولین

در بدن ایجاد می شود

نکات زیر در مراقبت از پاها در بیماران دیابتی

بسیار مهم است:

1- پاهای خود را هر روز بشویید و بین انگشتان را به دقت

6- اگر نمی توانید کف پاها را به خوبی ببینید از آینه برای مشاهده و معاینه استفاده کنید





منابع :

7. شیرینی جات :

مواد قندی (نوشابه، شربت، مربا، شکر، عسل، قند، آب نبات، شکلات و ...) در این گروه قرار دارند. حتی الامکان از مصرف آن ها خودداری کنید. این مواد سبب تولید انرژی و بالارفتن قند

- به دلیل خواص مفید سویا، جایگاه ویژه ای برای آن در رژیم غذایی خود قائل شوید .
- روزانه از یک قاشق مغزیجات استفاده کنید ، ولی در مصرف آنها زیاده روی نکنید.

3. گروه میوهها :

با مصرف میوه میتوان ویتامینها، موادمعدنی، فیبر، انرژی و مواد آنتی اکسیدان را به بدن رساند.
- میوه های خشک شده در واقع شکل غلیظ شده میوه

اگر دیابت دارید و برنامه مشخصی از نظر میزان غذا و زمان خوردن غذا نداشته باشید ، تغییرات قند خون شما باعث ایجاد عوارض زیادی در بدنتان خواهد شد ، پس باید تغذیه صحیحی داشته و از غذاهای متنوعی استفاده کنید تا



منبع:

چگونه می توان از افت قند خون پیشگیری نمود؟

- ❖ حجم غذا در هر وعده صبحانه ، ناهار و شام را کم کنید ولی در عوض در روز 3 میان وعده ما بین 3 وعده غذایی اصلی ، حدود 10 صبح ، 4 بعد از ظهر و

افت قند خون

افت قند خون (هایپوگلیسمی) یکی از مشکلات شایع در افراد دیابتی می باشد.

این مشکل مخصوصا در افراد دیابتی که تزریق انسولین

عصرها و یا قبل از از شام احتمال افت قند خون وجود دارد.
➤ اگر شب قبل از خوابیدن میان وعده غذایی مصرف نکرده باشید احتمال افت قند خون ساعت 3 بامداد به بعد وجود دارد

علائم اولیه افت قند خون

قداماتی که باید هنگام افت قند خون انجام دهید:

پس از کنترل قند خون و اطمینان ازافت قند خون، باید بلافاصله قندی که سریع جذب می گردد، استفاده کنید

• باید همیشه قند همراه خود داشته باشید و فوراً 3 تا 4



منبع:

روش های پیشگیری از افزایش قند خون کدام است؟

❖ مصرف داروهای خوراکی و تجویز انسولین کافی در

زمان معین:

چه اقداماتی هنگام بالا رفتن قند خون ضروریست؟

در صورتی که قند خون بالاست ، نوشیدن مقادیر فراوان نوشیدنی بدون قند (آب و چای) مفید است در صورتی که

❖ معمولاً در دیابت وابسته به انسولین (دیابت نوع 1 ، قند بیش از 300 و در دیابت نوع 2 قند 600 به بالا) اگر بالا رفتن قند خون درمان نشود می تواند منجر به اغماء (کما) شود. زیرا در نبود انسولین ، بدن به

افزایش قند خون (هیپرگلاسمی)

زمانی که قند خون بیش از اندازه بالا باشد، افزایش قند خون (هایپرگلاسمی) می گویند.

علل افزایش قند خون



منابع :

- کتاب کامل ICU (نوشته پل مارینو)

عوارض این بیماری چیست ؟

عوارض شدید پنومونی شامل:

کاهش فشار خون:

پنومونی چیست :

راههای هوایی بالایی شامل بینی، حلق و حنجره به طور معمول از ورود عوامل عفونی به سیستم تنفس پایینی که

عواملی که باعث بروز بیماری می شود چیست ؟

- افراد بالای 65 سال
- نقص در سیستم ایمنی به علت ناخوشی های

درمان دارویی:

شامل استفاده از آنتی بیوتیکهای مناسب می باشد در صورت استفاده از آنتی بیوتیک ، اثر درمانی آن 24 الی 8

منابع :

8- هنگام آلودگی هوا توصیه می شود از منزل خارج نشوید
و در معرض هوای گرم و مرطوب قرار نگیرد .
9- ایمن سازی علیه هموفیلوس آنفولانزا و پنومونی
استروپتوکوک را انجام داده و هر پنج تا هفت سال یکبار



بیمارستان شهید اشرفی خمینی شهر

بیماری انسدادی مزمن ریوی (COPD)



واحد آموزش به بیمار

کد پمفلت: AH/HE14

زمستان 1400

اقدامات درمانی

1. ترک سیگار توصیه می شود.
2. واکسیناسیون آنفلوآنزا و پنوموکک
3. اکسیژن درمانی در خانه

این بیماری معمولاً چه علایمی دارند؟

تنگی نفس و سرفه های مزمن که معمولاً همراه با تولید خلط هستند و گاهی اوقات بزرگ شدن قفسه سینه از نشانه های بیماری انسدادی مزمن ریوی است.

بیماری انسدادی مزمن ریوی

شما اگر دچار بیماری انسدادی مزمن ریوی بودید، چه طور نفس می کشیدید. آن وقت مطمئناً قدر سلامتی تان را



درمان:

بررسی‌های تشخیصی ممکن است شامل آزمایش‌های خون، نوار قلب، رادیوگرافی قفسه سینه، آزمون عملکرد ریه و ...

ادم حاد ریه :

ادم ریه وضعیتی است که در آن مقداری مایع بطور غیرعادی در ریه جمع می شود. مایع از طریق دیواره

عوامل افزایش دهنده خطر:

۱. چاقی

۲. استرس

در صورت ادم ریوی چه مراقبتهایی لازم است صورت

گیرد:

- بیمار را است بنشیند و پاهایش پائین باشد. ترجیح داده می



منبع:

8. مصرف روزانه نمک را کم کنید (حدود یک قاشق چای خوری در روز)

9. از مصرف بیش از حد مواد نشاسته ای و قندی (شیرین کننده) که منجر به اضافه وزن می شود، پرهیز کنید.

فشار خون چیست؟

فشار خون بالا یکی از مهم ترین عامل خطر برای ابتلا و پیشرفت بیماری قلبی و سکته مغزی است . به همین علت باعث ناتوانی و یا مرگ و میر در جهان و نیز در کشور ما می

نکته : با تشخیص سریع و درمان به موقع فشار خون

بالا می توان از بسیاری از عوارض آن پیشگیری کرد .

عوارض فشار خون

– چه سبزیجات و میوه هایی مصرف کنیم؟

مصرف سیر ، گوجه ، تره فرنگی ، شنبلیله ، شوید ، کرفس ، لیموترش ، گلابی ، پیاز و زیتون به کاهش فشارخون کمک می کند .



۱۰. ترک سیگار :

احتمال ابتلاء به فشارخون بالا در افراد سیگاری بیشتر از دیگران است ، لذا یکی از راهکارهای مهم برای کنترل و پیشگیری از فشارخون بالا ، ترک سیگار میباشد.

راه های پیشگیری و کنترل فشار خون بالا چیست؟

۱. کنترل وزن :

در صورت چاقی و یا اضافه وزن رعایت رژیم کاهش وزن (به صورتی که در هفته نیم تا یک کیلوگرم از وزن را کاهش دهد) کمک قابل توجهی به کنترل فشار خون خواهد نمود.

۲. کاهش دریافت نمک :

- هنگام پختن غذا به آن نمک اضافه نکنید و از آوردن نمکدان در سر سفره غذا پرهیز نمایید .

- به جای نمک از چاشنی هایی مانند سبزی های معطر تازه یا خشک مانند (نعناع، مرزه، ترخون، ریحان و...) یا سیر، لیموترش تازه و آب نارنج برای بهبود طعم غذا و کاهش مصرف نمک استفاده کنید.

- در میان وعده ها ، به جای مصرف چیپس، پفک، چوب شور و سایر تنقلات پر نمک، از مغزها (گردو، بادام، پسته و فندق از نوع بو نداده)، ماست و شیر کم چرب، ذرت بدون نمک، میوه ها و سبزی ها استفاده کنید .

- مصرف غذاهای آماده مثل مواد غذایی کنسرو شده، سوپهای آماده، سوسیس، کالباس و ... را بسیار محدود نمایید .

- در صورت تایید پزشک معالج از جایگزینهای نمک به

عوارض امبولی ریوی چیست؟

خونریزی شدید داخل ریه در اثر لخته های کوچکتر و در صورت بزرگ بودن لخته به طوریکه بیش از 50

- مصرف انواع شورها مانند خیار شور را محدود کنید .

۳. افزایش مصرف میوه ها و سبزیجات تازه:

مصرف میوه ها و سبزیجاتی همچون موز، زردآلو، پرتقال، آلو، گوجه فرنگی، سیب زمینی، قارچ، کلم بروکلی و ... به دلیل دارا بودن پتاسیم و فیبر می تواند باعث کاهش فشارخون شود .

۴. مصرف ماهی :

استفاده از ماهی حداقل دو بار در هفته به شکل بخار پز یا آب پز برای پیشگیری و درمان فشارخون بالا توصیه میشود.

۵. مصرف شیر و لبنیات کم چرب :

با توجه به نقش احتمالی کلسیم در کنترل فشارخون، توصیه میشود برای دریافت مقدار کافی کلسیم، روزانه ۲-۳ واحد شیر و لبنیات کم چرب در برنامه غذایی خود ، بگنجانید که هر واحد از شیر و لبنیات برابر است با یک لیوان شیر یا یک لیوان ماست یا دو لیوان دوغ یا نصف لیوان کشک پاستوریزه یا ۱.۵ تا ۲ قوطی کبریت پنیر

۶. مصرف حبوبات و غلات کامل :

- از غلات، نان و ماکارونی تهیه شده از گندم کامل (سبوس دار) و کم نمک به دلیل داشتن فیبر، ویتامین و املاح از جمله

۷. مصرف مواد غذایی حاوی ویتامین ث :

دریافت کم این ویتامین باعث پرفشاری خون میشود. بنابراین مصرف مرکبات، توت فرنگی، کیوی، طالبی ، خربزه و سبزیجات دارای برگ سبز پیشنهاد میگردد.

۸. کاهش مصرف چربیهای مضر :

- از چربیهای مضر مثل روغنهای حیوانی، روغنهای نباتی جامد، سرشیر، کره، خامه و دنبه استفاده نکنید .
- چربیهای قابل مشاهده گوشت قرمز و پوست و چربی مرغ باید قبل از پخت ، جدا شود.
- به جای روغنهای جامد از روغنهای گیاهی به ویژه روغن زیتون، سویا و انواع مغزهای گیاهی (گردو، بادام و فندق) استفاده کنید.



۹. افزایش فعالیت بدنی :

افرادی که فعالیت بدنی کمتری دارند ، نسبت به افراد فعال ، بیشتر در معرض ابتلا به فشارخون بالا قرار دارند .
انجام ورزشهایی مانند پیاده روی به میزان ۳۰-۴۵ دقیقه



منابع :

آمبولی ریوی چیست؟

عبارت است:

از انسداد سرخرگ (شریان) ریه توسط جسم خارجی

علائم این بیماری چیست؟

- 1) تنگی نفس ناگهانی
- 2) غش کردن
- 3) درد قفسه ی سینه
- 4) سرفه و در مواردی سرفه همراه با خلط خونی
- 5) تندى ضربان قلب
- 6) تب خفیف قبل از بروز علائم بالا
- 7) معمولا تورم و درد اندام تحتانی

روش تشخیص این بیماری چیست؟

تشخیص این بیماری به دلیل کم بودن علائم کاری دشوار است. پزشک یک رادیولوژی از قفسه ی سینه ، اسکن ریه و انژیوگرافی ریه درخواست میکند که انژیوگرافی ریه دقیق ترین راه تشخیص است.

درمان آمبولی ریوی چگونه است؟

باید بیمار را بستری کرد، اکسیژن و مراقبت شدید تجویز نمود و زیر نظر پزشک دارو های ضد انعقاد را برای پیشگیری از ایجاد لخته های بیشتر یا بزرگتر شدن لخته ها، محدود شده شد. معمولا ماقبت ها، ویژه



علل ابتلا به آمبولی چیست؟

- 1) بی تحرکی طولانی مدت
 - 2) شکستگی های استخوانی
 - 3) حاملگی
 - 4) سن بالا
 - 5) سابقه ی لخته در ورید های عمقی
 - 6) اختلال در ضربان قلب
 - 7) چربی و فشار خون بالا
 - 8) مصرف بیش از حد دارو های استروژن
 - 9) سوختگی های وسیع
 - 10) مصرف دخانیات
- افرادی که به علت ابتلا به بیماری های مختلف مجبورند مدتها در بستر دراز بکشند بیش از همه مستعد آمبولی ریوی هستند.

منابع :

- کتاب کامل ICU (نوشته پل مارینو)

عوارض آمبولی چربی چیست؟

سندرم آمبولی چربی در 20 درصد موارد ممکن است منجر به مرگ شود ولی اغلب بیمارانی که زنده میمانند

آمبولی چربی چیست؟

آمبولی چربی به علت انسداد رگهای خونی بدن توسط گلبولهای چربی وارد شده به جریان خون ایجاد میشود. به علایم بوجود آمده ناشی از آمبولی چربی در ارگانهای

علایم سندرم آمبولی چربی چیست؟

علایم این سندرم بعد از یک دوره نهفتگی نسبتاً کوتاه ظاهر میشود در 60-46 درصد از بیماران علایم در 24 ساعت و در

تشخیص و یا رد آمبولی چربی بر اساس معیارهای بالینی (علایم پوستی، زجر تنفسی، افت سطح هوشیاری، تب و افزایش ضربان قلب) است اما تغییرات فشار خون چندان



منابع :

- کتاب کامل ICU (نوشته بل مارینو)

علائم هشدار دهنده کمبود اکسیژن چیست؟

اگر علائم زیر را مشاهده کردید سریع به پزشک یا پرستار خود اطلاع دهید:

1) اگر احساس کردید بیمار حالت عصبی دارد.

نکاتی که زمان استفاده از اکسیژن در منزل باید بدانید چه هستند؟

- لوله بینی و ماسک را دو بار در هفته با آب و صابون

شرایط استفاده از کپسول اکسیژن در منزل چیست؟

توجه کنید:

- در کنار کپسول اکسیژن الکل، اسپری، تینر، روغن، گازوئیل

اکسیژن درمانی چیست؟

بیمار شما برای بهبود وضعیت تنفس در منزل و با نظر پزشک معالج نیاز به استفاده از اکسیژن دارد شما



منابع :

- کتاب کامل ICU (نوشته پل مارینو)

- کتاب مراقبت های ویژه (نوشته معصومه ذاکری مقدم)

آماده کردن بیمار برای حرکت :

بیماری که دچار نرسکتة مغزی شده است و اختلالات هوشیاری ندارد، در اولین وضعیت باید بازتوانی انجام

مقدمه :

حادثه عروق مغز (CVA) عبارت است از حملات ناشی از کاهش خونرسانی یا سکته ای مغز که در نتیجه اختلال عملکرد مغز متعاقب اختلال در خونرسانی بخشی از مغز

علائم بیماری :

بی حسی وضعف در ناحیه صورت، بازو، ساق پا، گیجی یا تغییر در سطح هوشیاری و آگاهی ذهنی، صحبت مشکل و یا نامفهوم، اختلال در بلع غذا، اختلال در بینایی، عدم تعادل،

جهت مراقبت از بیمار اصول زیر باید رعایت شود :

-به منظور پیشگیری از انقباض عضلات ومفاصل، بیمار باید در وضعیت مناسب وراحت قرار گیرد.

منبع:

ماهنامه تخصصی آموزش و توسعه سلامت

شماره 5 - شهر پور، ماه 1397

➤ در صورت مصرف فنوباربیتال این دارو بدون توجه به صرف غذا میل شود و از قطع خودسرانه دارو اجتناب شود و پس از مصرف از انجام کارهایی که نیاز به هوشیاری کامل دارد مانند رانندگی خودداری شود

➤ در صورت مصرف فنوباربیتال از احتیاط در رانندگی و انجام کارهایی



بیمارستان شهید اشرفی خمینی شهر

تشنج و صرع



واحد آموزش به بیمار

کد پمفلت: AH/HE21

بهار 1401

مراقبتها:

- رعایت نپم در خواب، فعالیت ورزشی: توصیه میشود که از انجام فعالیتهای سنگین یا ورزشهایی که می توانند در صورت بروز

در حملات عمومی که نوع اصلی آن صرع بزرگ می باشد هر دو نیکره مغز درگیر می شود در نتیجه کل بدن از خود واکنش نشان میدهد در این صرع کل بدن دچار سفتی شدید شده و با پرش و تکان عضلانی به طور متناوب به حالت انقباض در میاید این انقباضات همزمان موجب انقباض

"تشنج و صرع"

تشنج دوره هایی از فعالیت های غیر طبیعی حسی ، حرکتی ، خودکار و یا روانی است که ناشی از تخلیه ناگهانی و بیش از حد سلولهای عصبی مغز ناشی می شود در این اختلال ممکن است



منابع :

- کتاب در ستاره ، ستاره ، داخل ، - خارج

در مراکز بهداشتی - درمانی برای مشمولین

خدمت نظام وظیفه ، واکسن مننژیت تزریق می

مننژیت چیست ؟

هر عاملی که بتواند سیستم ایمنی را علیه مننژ (پرده های مغز و نخاع) تحریک کند و یا باعث التهاب سیستم ایمنی

مننژیت چه علائمی دارد ؟

- سردرد که تقریبا اولین علامت است
- سفتی گردن
- تب بالای 38 درجه زیر بغل

مننژیت چه عوارضی چیست ؟

- کم شدن شنوایی
- عقب افتادگی
- اشکال در گفتار



منبع:

پورتال داخلی - سازمان برنامه و بودجه

در صورت بروز هر یک از علائم زیر به پزشک

مراجعه کنید:

پس از ترخیص تا زمان بهبودی به نکات زیر توجه کنید:

1- حملات سر گیجه شما ممکن است تا چند ماه (3-6) ادامه یافته و روزانه چندین نوبت تکرار شود .

سرگیجه اغلب به شکل حمله ای رخ می دهد اما طول مدت حملات و میزان تکرار یا مقارب آن ها می تواند بسیار متفاوت باشد. به شکلی که یک حمله ممکن است از چند ثانیه تا چندین ساعت باحتیاج به طول بکشد. احساس

سرگیجه یک واژه کلی و عمومی است که اغلب به کلیه حالات ناخوشایندی که فرد با ایجاد آنها احساس عدم تعادل و امکان سقوط و زمین خوردن می کند، گفته می شود . شامل مجموعه

دقت به نکات زیر در پیشگیری از ایجاد زخم بستر و گسترش آن موثر است:

- پوست بیمار باید مرتبا با آب گرم و صابون ملایمی شسته و سپس خشک شود .
- پوست قسمت هایی را که ممکن است مرطوب شوند با پودر تالک خشک نگه

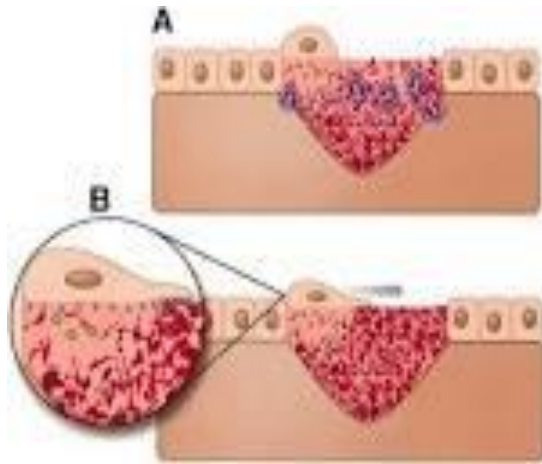
منابع :

- کتاب کامل ICU (نوشته پل مارینو)



بیمارستان شهید اشرفی خمینی شهر

زخم بستر



واحد آموزش به بیمار

کد پمفلت: AH/HE25

بهار 1401

زخم بستر در چه محل هایی بیشتر دیده می شود؟

- در کسانی که مدت زیادی در بستر در حالت درازکش به پشت قرار گرفته اند زخم بستر بیشتر در نواحی زیر دیده میشود
- پشت سر

مرحله دوم

- لایه رویی پوست (اپیدرم) از بین می رود
- یک زخم کمی فرو رفته به رنگ صورتی یا قرمز در

زخم بستر چیست؟

زخم بستر اغلب در نقاطی از بدن ایجاد میشود که پوست روی یک برجستگی استخوانی قرار گرفته و در بین آنها عضله ای وجود ندارد مانند پاشنه و پستانها



منابع :

- کتاب کامل ICU (نوشته پل مارینو)

5- دقت نمائید مایع گاواژی که در لوله می ریزید به هیچ وجه سرد نباشد و بسیار آرام مایع را وارد لوله نمایید تا برای بیمار مشکل گوارشی ایجاد نشود .

6- قبل و بعد از هر بار تغذیه گاواژ، لوله را با کمی آب

گاواژ بیماران از طریق سوند معده

تغذیه بیماران کمایی یا بیماران با کاهش سطح هوشیاری از طریق لوله معده می باشد و رژیم غذایی این بیماران می باشد بصورت مایع پودمانی که غذا

روش انجام گاواژ:

بعد از اطمینان از نداشتن ترشح و قرار گرفتن سوند در معده سوند معده را خم کرده (بطوری که مانع از ورود

نکات ذیل را به دقت مطالعه و عمل نمایید :

1-بیمار شما باید هر سه ساعت یکبار با لوله تغذیه شود ساعات تغذیه بیمار 6 صبح ، 9 صبح ، 12 ظهر ، 3 عصر ، 6 عصر ، 9 شب ، 12 شب ، می باشد .

سل ریوی :

یک بیماری میکروبی است که به وسیله باکتری مایکوباکتریوم توبرکلوزیس ایجاد می شود

در چه مواردی باید به وجود بیماری سل شک کرد؟

شایع ترین علامت ابتلا به بیماری سل ریوی سرفه پایدار به مدت دو هفته یا بیشتر است که معمولاً همراه خلط می باشد

چه افرادی بیشتر در معرض خطر هستند؟

1- جمعیت‌های متراکم : نظیر زندانها ، مراکز بازپروری ، اردوگاهها ، آسایشگاههای سالمندان و غیره

2- افرادی که سیستم ایمنی آنها ضعیف است یا در حال درمان با داروهای



آموزش قبل از عمل جراحی به بیماران و حتی بستگان از راه های مختلف جهت کاهش

استرس :



بحث و نتیجه گیری:

پیشگیری از بروز آسیب‌ها و پیامدهای سنگین ناشی از استرس قبل از عمل در بیماران، نیاز به آگاهی تیم مراقبتی خصوصاً پرستاران، مدیران سیستم‌های بهداشتی و همچنین آمادگی و شناخت خود بیماران دارد.

بنابراین با توجه به عوارض کمتر و در مواردی بی‌ضرر بودن این روش‌ها، استفاده از مداخلات غیردارویی به‌خوبی قابل توصیه هستند.

بر این اساس، با توجه به عوارض داروهای ضد اضطراب، استفاده از روش‌های غیردارویی به دلیل هزینه کمتر، عوارض بسیار اندک، کارآمدی بالا و تأثیر مثبت در کاهش اضطراب بیماران کاندید جراحی، بایستی به شکل ویژه مورد توجه قرار گیرند.

منابع: طبیبی (استادیار دانشگاه علوم پزشکی تهران) - بررسی عوامل تنش‌زا در بیماران

نشانی: خمینی شهر - خیابان بوعلی - بیمارستان شهید اشرفی

طبقه هم‌کف - واحد آموزش به بیمار

شماره تلفن: 031-33625081

بیماران قبل از عمل جراحی:

عوارض تأثیر استرس بر بدن :

اضطراب زیاد ممکن است بر فرایند القاء بیهوشی و نتایج



