

پنومونی (ذات‌الریه)

آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت‌های پس از ترخیص

بیمار محترم ضمن آرزوی سلامتی برای شما شایسته است که پس از ترخیص از بیمارستان موارد زیر را به دقت مطالعه و اقدام نمایید:

مراقبت در منزل:

- استراحت نسبی داشته باشید و از فعالیت بیش از حد که ممکن است نشانه‌های بیماری (تنگی نفس، سرفه شدید، افزایش تعداد نبض و ...) را تشدید نماید اجتناب کنید.
- برای بهبود وضعیت تنفسی خود، دم آهسته همراه با بازدم طولانی در وضعیت خم شده به جلو و با لب‌های غنچه ای انجام دهید.
- در وضعیت نیمه نشسته یا نشسته قرار بگیرید تا راحت تر نفس بکشید (بسته به راحت بودن بیمار).
- به طور مکرر در تخت خواب تغییر وضعیت دهید و در جهت سرفه و تنفس عمیق تلاش کنید.
- برای پاک کردن راه هوایی، آرام و به صورت کنترل شده سرفه کنید.
- در صورت نداشتن محدودیت مصرف مایعات، جهت رقیق شدن ترشحات مصرف مایعات را به ۸-۱۰ لیوان آب در روز افزایش دهید.
- بهداشت فردی (شستن دست، مسواک زدن و ...) را جهت جلوگیری از عفونت‌های ناشی از عملکرد ضعیف سیستم ایمنی رعایت کنید.
- داروهای تجویز شده را طبق دستور پزشک در فواصل و زمان‌های تعیین شده مصرف کنید.
- سیگار باعث تشدید بیماری می‌شود باید آن را ترک کنید.
- پس از مشورت با پزشک، واکسن پنومونی تزریق کنید.
- از مواد محرک دستگاه تنفسی (مانند گرد و غبار، هوای آلوده و سرمای شدید و ...) اجتناب کنید.

در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید

- در صورتی که علائمی مانند مشکلات تنفسی، درد قفسه‌سینه و تب بالای ۳۹ درجه سانتی‌گراد به صورت ممتد و یا سرفه‌های ممتد دارید، حتماً به پزشک مراجعه نمایید.
- این گروه از افراد حتماً باید به پزشک مراجعه نمایند:
- کودکان کمتر از ۲ سال که علائم یادشده را دارند.
 - سالمندان بالای ۶۵ سال.
 - افراد مبتلا به اختلالات و بیماری و یا افرادی که سیستم ایمنی ضعیفی دارند.
 - افرادی که تحت شیمی‌درمانی قرار دارند و یا داروهایی مصرف می‌کنند که سیستم ایمنی را ضعیف می‌کند.
 - افرادی که مبتلا به مشکلات قلبی و یا بیماری‌های ریوی مزمن می‌باشند، با ابتلا به ذات‌الریه در معرض خطر جدی قرار می‌گیرند.