



کد سند: PEBRO127/A

تاریخ تدوین: ۱۴۰۳/۱۲/۰۱

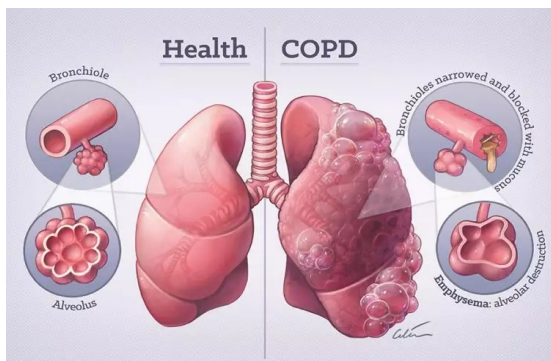
تاریخ ابلاغ: ۱۴۰۳/۱۲/۰۱

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۶/۱۲/۰۱

انسداد مزمن ریه

COPD

آموزش به بیمار



کلینیک پرستاری آموزش سلامت همه روزه به جز تعطیلات پاسخگوی سؤالات شما در رابطه با (دیابت، فشارخون، دیالیز، مراقبت های پس از جراحی) می باشد:

(داخلی ۲۰۲۷) ۰۵۱۳۸۰۴۲۰۰۰



من را اسکن کنید

واحد آموزش سلامت
بیمارستان ولایت

با توجه به محدود بودن ظرفیت کپسول اکسیژن (۳-۴ ساعت) قبل از اتمام کپسول نسبت به تامین اکسیژن اقدام کنید. توجه داشته باشید هرچه میزان اکسیژن خروجی بیشتر تنظیم شود، کپسول زودتر خالی می شود.

مراقب باید لوله ماسک اکسیژن (کانولا) به صورت طولانی مدت و پیوسته روی لاله گوش قرار نگردد چون باعث زخم می شود.

در صورت نیاز مداوم به اکسیژن بهتر است دستگاه اکسیژن ساز تهیه شود و در منزل به راحتی استفاده نمایید.



با آرزوی سلامتی و بهبودی شما

بیمارستان ولایت:

<https://velayat.mums.ac.ir/>

منبع:

Patient education in Gastrectomy. 2011.

Available



توصیه هایی درمورد کپسول اکسیژن در منزل :

- در صورتی که بیمار نیاز به کپسول اکسیژن دارد، نحوه کار با دستگاه اکسیژن ساز و کپسول اکسیژن آموزش داده شود.
- میزان اکسیژن دریافتی بستگی به نظر پزشک دارد.
- هرگز روغن، مواد ضد عفونی کننده دارای گلیسیرین به محل اتصال شیر کپسول اکسیژن برخورد نکند، زیرا موجب انفجار می شود.
- کپسول اکسیژن را در جای خود محکم کنید، افتادن کپسول اکسیژن مخاطراتی دارد.
- کپسول را در مجاورت وسایل گرمایی گرمایشی و مواد اشتعال زا قرار ندهید و از روشن کردن کبریت و سیگار در اطراف کپسول خودداری کنید.



مراجعه کننده عزیز

در این پمفلت سعی شده است آموزش های لازم در رابطه با COPD به شما داده شود، امید که با رعایت این نکات سلامتی خود را حفظ و بهبود بخشید



COPD : یک بیماری مزمن التهابی ریه است که مسیر جریان هوای ریه ها را مسدود میکند.

علائم و نشانه های بیماری :

۱- سرفه مزمن

۲- تنگی نفس (تنگی نفس کوششی)

۳- آبی بودن لب ها و بستر ناخن ها (سیانوز)

۴- خس خس

۵- وجود خلط و مخاط فراوان در ریه ها و نیاز به تخلیه آن اول صبح

۶- دفع خلط

۷- کاهش وزن و خستگی



عوامل خطر زا:

سیگار مهم ترین عامل ایجاد کننده این بیماری است .
سایر عوامل : زمینه ارثی , آلودگی هوا (گرد و خاک , دود و...)

درمان :

۱- قطع سیگار

۲- دارودرمانی (برونکودیلاتور ها که انسداد راه هوایی را کاهش میدهد و باعث افزایش سطح اکسیژن در ریه ها و بهبود وضعیت تنفسی میشود)

۳- اکسیژن درمانی

۴- جراحی ریه

عوارض بیماری :

۱- نارسایی و عدم کفایت تنفس

۲- عفونت ریه (پنومونی)

جمع شدن یک قسمت از ریه ها یا تمامی یک ریه (آتلکتازی) که مانع باز شدن کامل ریه میشود.

خود مراقبتی :

۱- اجتناب از قرار گیری در معرض سرما و گرمای زیاد زیرا باعث افزایش خلط و تنگی نفس میشود.

۲- از مصرف چای , قهوه الکلی , نوشابه , ادویه , سیگار و قلیان خودداری نمایید.

۳- دوری از هیجانات زیاد که موجب افزایش سرفه میشود.

۴- در مسافرت های هوایی در مورد نیاز به اکسیژن اضافی با پزشک خود مشورت کنید .



۵- در محیط های شلوغ خصوصا در فصل هایی که آنفولانزا شیوع بالایی دارد پرهیز کنید .

۶- برای حفظ رطوبت محیط از بخور استفاده نمایید .

۷- روزانه ساعات خواب و استراحت خود را تنظیم نمایید .

۸- اجتناب از بیرون رفتن در وضعیت هوای آلوده

۹- اسپری های خود را به روش صحیح و در زمان مناسب استفاده کنید و همیشه اسپری تنفسی را همراه خود داشته باشید و در صورتی که تنگی نفس شما با اسپری برطرف نمیشود به اولین مرکز درمانی مراجعه نمایید .

۱۰- از مخدر ها و مسکن ها استفاده نکنید.

۱۱- روزانه ورزش کنید .

۱۲- مواد غذایی و پرکالری و پرپروتئین مصرف کنید.

۱۳- میوه و سبزیجات بیشتر مصرف کنید .

۱۴- غذاهای نفاخ (کلم , بادمجان و...) را محدود کنید.

در صورت تغییر رنگ و تغییر در مقدار خلط , افزایش سرفه , افزایش خستگی , افزایش نفس تنگی , افزایش وزن حتما به پزشک مراجعه کنید.

