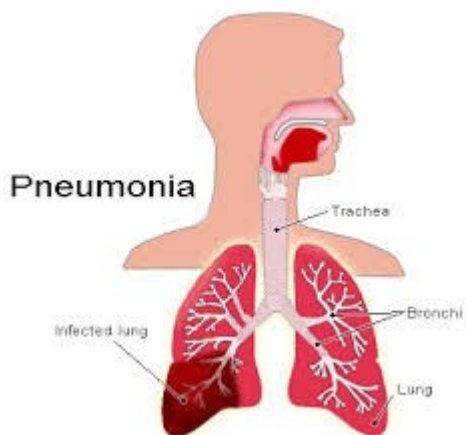




کد سند: PEBRO220-01
تاریخ تدوین: 1401/03/01
تاریخ بازنگری بعدی: 1404/12/01
تاریخ ابلاغ: 1406/12/10

آموزش به بیمار

پنومونی (عفونت ریه)



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

(داخلی 2027) 05138722140



من را اسکن کنید

واحد آموزش به بیمار
بیمارستان ولایت

چطور از عود کردن بیماری جلوگیری کنیم؟

- مرتب دست هایتان را با آب و صابون بشویید
- حوله، لیوان، قاشق و بشقاب خودتان را جدا نگه دارید
- پس از بهبودی کامل، اگر پزشک گفت واکسن آنفولانزا و واکسن پنوموکوک را تزریق کنید. (مخصوصا اگر بالای ۶۵ سال سن دارید یا بیماری قلبی، دیابت، یا بیماری ریوی دارید.)



با آرزوی سلامتی و بهبودی شما

آدرس سایت بیمارستان ولایت:

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

منبع:

<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus>



- هر دو ساعت یکبار به پهلو چپ و راست بخوابید

- هر چند وقت یکبار نفس عمیق بکشید و سرفه کنید تا خلط از ریه تان بیرون بیاید

- اگر سرفه دارید خلط را قورت ندهید و بیرون بیندازید. اگر خلط غلیظ است از بخور مرطوب استفاده کنید.

- مصرف آب و مایعات گرم به رقیق شدن ترشحات کمک می کند.

رژیم غذایی

- به جای سه وعده غذای سنگین شش وعده کم حجم در طول روز غذا بخورید تا نفستان تنگ نشود.

- غذا های نرم و زود هضم بخورید

- تا زمان بهبود کامل شیرینی، شکلات، آجیل و چیپس نخورید.



مددجوی عزیز

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



پنومونی (عفونت ریه)

پنومونی به عفونت و التهاب یک یا هر دو ریه می گویند.

چطور به این بیماری مبتلا می شوید؟

۱. طریق تنفس قطرات عفونی از سرفه یا عطسه فرد بیمار
۲. یا ورود مواد غذایی یا مایعات به داخل ریه (مخصوصا در افراد سالمند یا افراد دچار سکنه مغزی) لذا در این افراد هنگام تغذیه بیمار هوشیار باشد و در حالت نشسته به بیمار غذا دهید و مطمئن شوید بیمار توانایی بلع دارد.



چرا برای بیمار بستری خطرناک تر است؟

سیستم ایمنی بدن در بیماران بستری ضعیف تر است و پنومونی در بیمارستان (که به آن پنومونی اکتسابی بیمارستان می گویند) معمولا مقاوم تر و سخت تر درمان می شود.

علائم

- سرفه (معمولا همراه با خلط سبز یا زرد یا همراه با رگه های خونی)
- تب و لرز
- تنگی نفس (حس می کنید هوا به ریه تان نمی رسد)
- درد قفسه سینه که با نفس عمیق یا سرفه بد تر می شود
- بی اشتها
- ضعف و بی حالی (خصوصا در سالمندان)



درمان

- هر دو ساعت یکبار به پهلو چپ و راست بخوابید
- هر چند وقت یکبار نفس عمیق بکشید و سرفه کنید تا خلط از ریه تان بیرون بیاید
- اگر سرفه دارید خلط را قورت ندهید و بیرون بیندازید. اگر خلط غلیظ است از بخور مرطوب استفاده کنید.
- مصرف آب و مایعات گرم به رقیق شدن ترشحات کمک می کند.
- در صورتی که اکسیژن استفاده میکنید بدون هماهنگی پرستار اکسیژن و پالس اکسی متر را خارج نکنید.
- تا زمانی که تب دارید یا نفس تان تنگ است در رختخواب استراحت کنید. کم کم حالتان که بهتر شد آرام آرام راه بروید اما خودتان را خسته نکنید
- در صورتی که تنگی نفس دارید خوابیدن به صورت نیمه نشسته به شما در تنفس بهتر کمک می کند.

