



مرکز آموزشی درمانی شفا

عنوان سند: آموزش به بیمار سخته قلبی جهت مراقبت در منزل

کد سند: NO-BK-۲۷۱



تهیه کننده:

فاطمه صدقی

تنظیم کننده: فرحناز نریمیا

سوپروایزر آموزش سلامت

پیشگیری از عفونت بهتر است لوله های تراک ۵-۷ روز
تعویض شود.

منابع: پرستاری داخلی-جراحی برونر و سودارث ۲۰۱۸

ندهد در صورتی که بعضی داروهای بیمار باهم تداخل دارند
همزمان مصرف نشود.

۱۰.مراجعه مجدد به پزشک:

توصیه میشود بیمار یک هفته الی یک ماه بعد از
ترخیص به پزشک مراجعه کند.در صورت وجود هرگونه
مشکلی با پزشک مشورت کند.هنگام مراجعه هم مدارک
پزشکی و داروهای خود را به همراه داشته باشد.(ادرس
دقیق پزشک حین ترخیص به بیمار داده میشود).

۱۱.نحوه استفاده از تجهیزات در منزل:

(استفاده از ساکشن- دستگاه تنفس مصنوعی در بیماران
) قبل از هر بار تغذیه چک کنید که کاف تراک پر از
هوا باشد-هرگز کاف را قیچی نکنید-حین استراحت
روی تراک را مسدود نکنید.هنگام سرفه بیمار امبو نزنید
چون باعث آسیب به ریه میشود.ساکشن طولانی مدت
انجام ندهید.بین هر بار ساکشن به بیمار اکسیژن با
درصد بالا داده شود.هرگز ساکشن وارد دهان شده را وارد
تراک نکنید.در حین ساکشن بیمار را تشویق به سرفه کنید. برای

۱. آموزش تغذیه:

محدود کردن غذاهای سرخ شده یا کبابی بخصوص چیپس، بیسکویت، کیک و دیگر محصولات غلات پخته شده اجتناب از افزودن نمک به غذا، اجتناب از نوشیدنی های شیرین و نوشیدن آب فراوان. توصیه اصلی رژیم غذایی کم نمک کم چرب و ترجیحا بصورت آب پز. داشتن حداقل دو وعده غذای دریایی در هفته و عدم مصرف الکل.

۲. محدوده فعالیت:

از فعالیت های سنگین، هر فعالیتی که باعث ایجاد درد قفسه سینه و تنگی نفس و خستگی میشود خودداری کنید. مدت فعالیت اهمیتی ندارد بلکه شدت فعالیت اهمیت دارد. یکی از بهترین فعالیت ها پیاده روی روزانه ۲۰-۳۰ دقیقه میباشد. توصیه میشود که از ارتباط جنسی تا ۶ هفته بعد خودداری شود و مسافرت هوایی ۲-۳ هفته انجام نشود و از رانندگی در مکان های شلوغ اجتناب شود.

۳. کنترل عفونت و بهداشت دست در منزل:

رعایت اصول بهداشتی میتواند گویی در جهت پیشگیری از بروز بیماری های قلبی باشد، از جمله: شستن دست ها قبل و بعد از غذا خوردن، آهسته غذا خوردن، وزن خود را در حد معمول نگه دارید. از داد و فریاد بیهوده پرهیز کنید. مناسب سن خود ورزش کنید. در شبانه روز حتما ۸ ساعت خواب عمیق داشته باشید. از مصرف خودسرانه دارو پرهیز کنید.

ویرایش: اول تاریخ: ۱۴۰۰/۱/۲۰ صفحه: ۶ از ۶

۴. مدیریت درد در منزل:

توصیه میشود که همیشه تعدادی قرص زیر زبانی tng همراه خود داشته باشند. در صورت درد قفسه سینه و تنگی نفس مصرف ۳ عدد قرص با فاصله ۵ دقیقه توصیه میشود. قرص ها را دور از نور خورشید و جایی که مرطوب نباشد نگهداری شود. قرص سالم tng باعث احساس سوزش زیر زبان میشود.

۵. آموزش در مورد نحوه انتقال بیماری های واگیر:

راه انتقال بیماری میتواند با انسان و محیط آلوده در صورتی که فردی بیماری واگیر داشته باشد بیش از ۱۵ دقیقه در فاصله کمتر از ۱ متر قرار بگیرند. هنگام سرفه یا عطسه با دستمال جلوی دهان خود را بگیرند. از تماس با سطوح آلوده اجتناب کند.

۶. مصرف غذاهایی که ممنوع است:

فلفل های چیلی، روغن نارگیل، سس خامه ای، کالباس، الکل، قهوه، غذاهای سرخ شده، گریپ فروت و اسفناج میتوانند با بعضی داروها تداخل دارویی ایجاد کنند.

آموزش پیشگیری و مراقبت در منزل از نظر خطر

بروز زخم فشاری:

ویرایش: اول تاریخ: ۱۴۰۰/۱/۲۰ صفحه: ۶ از ۶

زخم ها در اثر فشار و اصطکاک بوجود می آیند. این افراد بیشتر در معرض عفونت قرار میگیرند. پیشگیری: در صورت تغییر رنگ یا تورم منطقه ضایعه و مشاهده چرک و عفونت بویژه در نواحی با استخوان های برجسته باید تغییر پوزیشن هر ۲ ساعت داده شود و آهسته ماساژ داده شود. باید روزانه پوست را برای یافتن زخم با دقت بررسی شود. زخم های فشاری را با کمک محلول سالیین یا سایر محلول های تمیز کننده تمیز نگه دارید. از وارد کردن فشار مستقیم به زخم خودداری کنید. وضعیت افراد ویلچری را هر ۱ ساعت تغییر دهید. نواحی استخوانی را ماساژ ندهید.

۸. مصرف مواد مخدر:

مصرف مواد مخدر و سیگار خطر سکته قلبی را بالا میبرد و مصرف آنها در این بیماران ممنوع میباشد.

۹. نحوه مصرف داروها و عوارض آنها در زمان

مصرف، دوز مصرف و تداخلات دارویی:

مصرف به موقع داروهای تجویز شده بسیار مهم میباشد. بدون مشورت با پزشک نه دارویی مصرف شود و نه خودسرانه قطع شود. در صورت وجود هر گونه عارضه ای با پزشک خود مشورت کند. دوز داروها را خودسرانه تغییر

ویرایش: اول تاریخ: ۱۴۰۰/۱/۲۰ صفحه: ۴ از ۶