



مرکز آموزشی درمانی شفا

عنوان سند: راهنمای خودمراقبتی و پیشگیری از
آندوکاردیت عفونی

کد سند:

NO-BK-۴۰۰



- شعار: بهداشت دهان و دندان، محافظ سلامت قلب
شماست.

تنظیم کننده:

سوپروایزر آموزش سلامت

آندوکاردیت چیست؟ (به زبان ساده)

آندوکاردیت یعنی التهاب و عفونت لایه داخلی قلب و دریچه‌های آن. این اتفاق زمانی می‌افتد که باکتری‌ها یا میکروب‌ها از نقاط دیگر بدن (به‌ویژه دهان) وارد جریان خون شده و به بخش‌های آسیب‌دیده قلب یا دریچه‌های مصنوعی می‌چسبند.

علائم هشداردهنده (زنگ خطر)

در صورت مشاهده هر یک از این علائم، فوراً به پزشک معالج یا بخش قلب مراجعه کنید:

- تب غیرقابل توجیه و لرز (حتی تب‌های خفیف طولانی).

- تعریق شبانه زیاد.

- احساس خستگی مفرط و بی‌اشتهایی.

- پیدایش نقاط قرمز ریز روی پوست، زیر ناخن‌ها یا داخل چشم.

- تنگی نفس یا تورم در پاها.

- درد مفصلی یا عضلانی ناگهانی.

مراقبت‌های حیاتی در منزل

- تکمیل دوره درمان: درمان آندوکاردیت معمولاً با آنتی‌بیوتیک‌های قوی و طولانی‌مدت (۲ تا ۶ هفته) انجام می‌شود. حتی اگر احساس بهبودی کامل دارید، هرگز دارو را قطع نکنید.

- بهداشت دهان و دندان (بسیار مهم): مسواک زدن منظم (حداقل ۲ بار در روز) و استفاده از نخ دندان بسیار حیاتی است. دهان ناسالم راه ورود باکتری به قلب است.

- چک کردن روزانه دمای بدن: در هفته‌های اول ترخیص، روزانه دمای بدن خود را با دماسنج چک کنید.

قانون طلایی: اطلاع‌رسانی به پزشکان و دندان‌پزشکان

شما باید قبل از هرگونه اقدام پزشکی یا دندان‌پزشکی، پزشک را از سابقه آندوکاردیت خود مطلع کنید:

- دندان‌پزشکی: قبل از کشیدن دندان یا جراحی لثه، ممکن است نیاز به مصرف یک دوز آنتی‌بیوتیک پیشگیرانه (پروفیلاکسی) داشته باشید.

- جراحی‌ها: قبل از انجام آندوسکوپي، کلونوسکوپي یا هر جراحی دیگر، حتماً با پزشک قلب خود مشورت کنید.

- تاتو و پیرسینگ: به دلیل خطر بالای ورود عفونت به خون، از انجام تاتو و سوراخ کردن اعضای بدن جداً خودداری کنید.

رژیم غذایی و فعالیت

- غذاهای مقوی و پرپروتئین بخورید تا بدنتان توان مقابله با عفونت را داشته باشد

- فعالیت‌های بدنی را به آرامی شروع کنید و از خستگی مفرط بپرهیزید.

مراقبت‌های حیاتی در آندوکاردیت

۱. بهداشت دهان؛ خط قرمز سلامت:

مهم‌ترین راه پیشگیری از بازگشت عفونت، سلامت دندان‌هاست

۲. روزانه ۲ بار مسواک بزنید و از نخ دندان استفاده کنید.

۳. هرگونه عفونت، آبسه یا خونریزی لثه را جدی بگیرید و به پزشک اطلاع دهید.

۴. پیگیری تب‌های ناشناخته:

اگر دچار تب، لرز، تعریق شبانه یا خستگی مفرط شدید که بیش از ۳ روز طول کشید، خودسرانه آنتی‌بیوتیک نخورید و بلافاصله به پزشک قلب مراجعه کنید. این‌ها ممکن است نشانه بازگشت عفونت باشند.

۵. اتمام دوره درمان:

دوره آنتی‌بیوتیک تزریقی یا خوراکی را دقیقاً تا روز آخر ادامه دهید. قطع زودهنگام دارو یعنی شکست درمان و آسیب جدی به دریچه‌های قلب.

منبع:

کتاب پرستاری داخلی-جراحی برونر و سودارث (بخش قلب و عروق). ۲۰۱۸.

دستورالعمل‌های آموزشی مجتمع بیمارستانی امام خمینی / بیمارستان قلب رجایی.