

نقاقت بازبایی تدریجی سلامت و نیروی شخص پس از بیماری یا آسیب است. واژهٔ «نقاقت» را ضعف پس از بیماری نیز معنا کرده‌اند. در بیماری‌های عفونی، اصطلاح نقاقت به سطوح ثانویه و بعدی عفونت و بیماری عفونی اشاره می‌کند؛ زمانی که بیمار وضعیت سلامتی را بازبایی کرده و به وضع عادی بازمی‌گردد؛ اما حتی با وجود آن که احساس می‌کند بهتر است، هنوز می‌تواند منبع انتقال بیماری باشد. در معنی مربوط به عفونت و بیماری‌های عفونی، اصطلاح «بازبایی» می‌تواند هم‌معنی «نقاقت» باشد که گاه ممکن است شامل مراقبت از بیمار پس از یک عمل جراحی عمده باشد که شامل ملاقات منظم پزشک و معاینات و آزمایش‌های منظم است. امکانات مراقبت‌های «بازبایی» و «نقاقت» که در انگلیسی به آن‌ها "Convalescent Care Facilities" (ترجمه: امکانات مراقبت نقاقت) گفته می‌شود ممکن است با علامت اختصاری (مخفف) "CCF" شناخته شوند.

دورهٔ فرایند نقاقت پس از بیماری‌ها، آسیب‌ها و اعمال جراحی گوناگون، مختلف و متفاوت خواهد بود و اعمالی که باید برای کمک به بهبودی انجام شوند نیز، بسته به مورد، متفاوتند. باور پزشکان بر این است که تغذیهٔ خوب و مناسب برای کوتاه کردن زمان بازگشت به وضع عادی، عاملی مؤثر است. مصرف مواد دارای پروتئین

مانند تخم مرغ، ماهی و گوشت به صورت کباب، به میزان لازم و همچنین مصرف دوران نقاقت بعد از بیماری دوران بازبایی یا به اصطلاح ریکاوری تدریجی سلامت و توان شخص بعد از بهبود بیماری، و درمان است.

دوره نقاقت پس از بیماری‌ها، آسیب‌ها و اعمال جراحی گوناگون، مختلف و متفاوت خواهد بود و اعمالی که باید برای کمک به بهبودی انجام شوند نیز، بسته به مورد، متفاوتند. اعتقاد علم پزشکی بر این است که تغذیه خوب و مناسب، استراحت به اندازه، آب و هوای خوب و آرامش روح و روان و در بعضی موارد استفاده از منابع درمانی طبیعی مانند چشمه های آب گرم، لجن های درمانی، حوضچه آب نمک، غار نمک و ... برای کوتاه کردن و بهبود دوره نقاقت عوامل بسیار مؤثری هستند.

پیشنهاد ما به شما برای بهبود هرچه سریع تر و با کیفیت تر در دوران نقاقت، استفاده از خدمات دوران نقاقت است. که بستگی به نظر پزشک درمانگر و سلیقه شما می تواند شامل ارائه خدمات اقامتی در عمق جنگل، دل کویر، ساحل دریا و یا هتل های مجلل و زیبا و همچنین استفاده از منابع درمانی طبیعی تحت نظارت پزشک مستقر در آن مراکز اقامتی باشد. میوه و سبزیجات از موارد تغذیه‌ای توصیه‌شده در دوران نقاقت هستند.

شناسنامه پمفلت آموزشی	
موضوع	نقاقت
تهیه کننده	واحد آموزش سلامت
تأیید کننده علمی	خانم دکتر شماعی-آقای دکتر شیرانی
سمت	مدیر گروه داخلی-متخصص طب اورژانس
تاریخ تهیه	1402
کد پمفلت	PE-EMR-16



مرکز آموزشی درمانی امین

بهبودی و خودمراقبتی

جهت استفاده از مطالب آموزشی به سایت بیمارستان مراجعه نمایید.

www.amin.mui.ac.ir