

مراقبت های پس از ترخیص

پنومونی (ذات الریه)

شماره پرونده:			نام خانوادگی:	نام:	بخش:	پزشک معالج:
					اتاق:	
					تخت:	
نام پدر:			تاریخ تولد:	تشخیص (علت بستری):	تاریخ پذیرش:	
			جنس: ☐ زن ☐ مرد			

بیمار محترم ضمن آرزوی سلامتی برای شما شایسته است که پس از ترخیص از بیمارستان موارد زیر را به دقت مطالعه و اقدام نمایید:

مراقبت در منزل:

- استراحت نسبی داشته باشید و از فعالیت بیش از حد که ممکن است نشانه های بیماری (تنگی نفس، سرفه شدید، افزایش تعداد نبض و ...) را تشدید نماید اجتناب کنید.
- برای بهبود وضعیت تنفسی خود، دم آهسته همراه با بازدم طولانی در وضعیت خم شده به جلو و با لب های غنچه ای انجام دهید.
- در وضعیت نیمه نشسته یا نشسته قرار بگیرید تا راحت تر نفس بکشید (بسته به راحت بودن بیمار).
- به طور مکرر در تخت خواب تغییر وضعیت دهید و در جهت سرفه و تنفس عمیق تلاش کنید.
- برای پاک کردن راه هوایی، آرام و به صورت کنترل شده سرفه کنید.
- در صورت نداشتن محدودیت مصرف مایعات، جهت رقیق شدن ترشحات مصرف مایعات را به ۸-۱۰ لیوان آب در روز افزایش دهید.
- بهداشت فردی (شستن دست، مسواک زدن و ...) را جهت جلوگیری از عفونت های ناشی از عملکرد ضعیف سیستم ایمنی رعایت کنید.
- داروهای تجویز شده را طبق دستور پزشک در فواصل و زمان های تعیین شده مصرف کنید.
- سیگار باعث تشدید بیماری می شود باید آن را ترک کنید.
- پس از مشورت با پزشک، واکسن پنومونی تزریق کنید.
- از مواد محرک دستگاه تنفسی (مانند گرد و غبار، هوای آلوده و سرمای شدید و ...) اجتناب کنید.

در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید

در صورتی که علائمی مانند مشکلات تنفسی، درد قفسه سینه و تب بالای ۳۹ درجه سانتی گراد به صورت ممتد و یا سرفه های ممتد دارید، حتماً به پزشک مراجعه نمایید.

این گروه از افراد حتماً باید به پزشک مراجعه نمایند:

- کودکان کمتر از ۲ سال که علائم یاد شده را دارند.
- سالمندان بالای ۶۵ سال.
- افراد مبتلا به اختلالات و بیماری و یا افرادی که سیستم ایمنی ضعیفی دارند.
- افرادی که تحت شیمی درمانی قرار دارند و یا داروهایی مصرف می کنند که سیستم ایمنی را ضعیف می کند.
- افرادی که مبتلا به مشکلات قلبی و یا بیماری های ریوی مزمن می باشند، با ابتلا به ذات الریه در معرض خطر جدی قرار می گیرند.