



فرم شماره 2- آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت های پس از ترخیص

فیزیوتراپی قفسه سینه

شماره پرونده:

نام خانوادگی:	نام:	بخش: اتاق: تخت:	پزشک معالج:
نام پدر:	تاریخ تولد: جنس: <input type="checkbox"/> زن <input type="checkbox"/> مرد	تشخیص (علت بستری):	تاریخ پذیرش:

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:

- قبل از انجام فیزیوتراپی ابتدا بیمار را حدود 20-30 دقیقه با آب بخور دهید. سپس بیمار را به صورت نیمه نشسته قرار دهید و فیزیوتراپی را انجام دهید.
 - دست خود را به صورت کاسه در آورده و از سمت پایین قفسه سینه به سمت بالا ضربه وارد کنید. این کار را در هر دو سمت قفسه سینه انجام دهید و سعی کنید ضربه‌ها در تمامی نقاط زده شود. دقت کنید ضربه‌ها باید از پایین قفسه سینه به سمت بالا زده شود.
 - در حین انجام فیزیوتراپی بیمار را تشویق به سرفه کنید.
 - بیمار را در وضعیت کاملاً نشسته و در صورتی که قادر به نشستن نیست به پهلو بخوابانید و این کار را در پشت قفسه سینه مجدداً تکرار کنید.
 - در صورتی که بیمار دچار شکستگی در استخوان‌های قفسه سینه شده باشد از انجام فیزیوتراپی در آن قسمت از قفسه سینه خودداری کنید و از پزشک معالج خود راهنمایی بخواهید.
 - بستگی به میزان ترشحات بیمار دارد اما حدود 3 بار در روز کافی است بهتر است قبل از هر بار ساکشن کردن فیزیوتراپی قفسه سینه را انجام دهید.
 - تا زمان بهبودی کامل بیمار باید فیزیوتراپی قفسه سینه را انجام دهید.
 - اگر در حین فیزیوتراپی بیمار تهوع و استفراغ داشت، فیزیوتراپی را به تعویق بیندازید.
 - بیمار را تشویق کنید تا مرتب سرفه کند و نفس عمیق بکشد.
 - بیمار را وادار کنید هر چه سریع تر فعالیت بدنی را شروع کند. فعالیت مانع تجمع ترشحات در ته ریه می شود.
- در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید**
- خلط خونی
 - افزایش خلط علی رغم فیزیوتراپی
 - تنگی نفس و تب
 - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی