

مراقبت‌های پس از ترخیص

مننژیت

			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 :

- غذا را در وعده بیشتر و حجم کمتر میل کنید و در فواصل غذا مایعات فراوان (8 لیوان روزانه) مصرف کنید.
- جهت پیشگیری از یبوست از میوه، سبزیجات و مایعات فراوان استفاده کنید.
- از تمامی گروه‌های غذایی شامل غلات، پروتئین، ویتامین و ... در رژیم غذایی خود استفاده کنید.
- جهت پیشگیری از عفونت‌های تنفسی، تنفس عمیق، سرفه و ورزش‌های هوازی مانند پیاده‌روی انجام دهید و تحرک داشته باشید.
- بین فعالیت‌ها دوره‌های استراحت داشته باشید.
- تا بهبودی کامل از رانندگی پرهیز کنید.
- از انجام ورزش‌های سنگین و خسته کننده خودداری کنید.
- از تماس با افراد مبتلا به بیماری‌های عفونی و سرماخورده خودداری کنید.
- تا بهبودی کامل از حضور در مکان‌های شلوغ و پر ازدحام پرهیز کنید.
- شما و افرادی که در تماس با شما هستند باید از ماسک استفاده کنند.
- بهداشت فردی مناسب، شستن دست‌ها قبل و بعد از غذا و تماس با ترشحات بدن را رعایت کنید.
- درجه حرارت بدن را به طور مرتب و روزانه کنترل کنید. اگر تب داشتید بدن شویه، مصرف قرص استامینوفن و مصرف مایعات موجب کاهش آن می‌شود.
- از مصرف آسپرین برای درد باید خودداری شود، زیرا ممکن است باعث خونریزی شود.
- در صورت تجویز آنتی بیوتیک‌ها آن‌ها را به موقع استفاده کنید، درمان را کامل کنید و در صورت بروز واکنش‌های حساسیتی به پزشک اطلاع دهید. از قطع دارو بدون اجازه پزشک خودداری کنید.
- در صورت تجویز ریفامپین، توصیه شده دارو را با معده خالی (1-2 ساعت قبل از غذا) و با یک لیوان آب استفاده کنید و از مصرف الکل خودداری کنید این دارو باعث نارنجی شدن رنگ ادرار، ترشحات و لنزهای چشمی می‌شود.
- در صورت تجویز داروهای ضد تشنج، بهداشت دهان و لثه رعایت شود و به طور دوره‌ای توسط دندانپزشک معاینه شوید.
- در هنگام مصرف دارو از انجام کارهایی که نیاز به هوشیاری کامل دارد اجتناب کنید.
- همه افراد اهل خانه که در تماس با فرد مبتلا به مننژیت چرکی هستند باید برای پیشگیری تحت درمان قرار گیرند. درمان آن‌ها با ریفامپین است و به مدت 4 روز باید دارو مصرف کنند. اگر افراد بیشتر از 2 هفته در تماس با بیمار بوده‌اند پیشگیری لازم نیست.

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

- تب
- سردردهای شدید
- گیجی
- استفراغ
- سفتی گردن

مننژیت‌های ویروسی به راحتی و بدون نیاز به درمان، بهبود می‌یابند ولی مننژیت‌های باکتریایی شدید و سخت بوده و به مراقبت‌های فوری نیاز دارند و در صورتی که درمان انجام نشود، امکان بروز آسیب‌های مغزی و مرگ وجود دارد و باگذشت زمان مننژیت باکتریایی بدتر می‌شود.