



فرم شماره 2- آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت های پس از ترخیص

هوا درون قفسه سینه (پنوموتوراکس)

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:

- در صورتی که حالت تهوع و استفراغ دارید از خوردن و آشامیدن خودداری کنید.
- سعی کنید در زمان ابتلا به بیماری و استراحت از مایعات بیشتری استفاده کنید.
- غذا خوردن باید به مقدار کم و دفعات زیاد باشد.
- از مصرف غذاهای نفاخ و دیر هضم اجتناب کنید.
- جهت جلوگیری از یبوست رژیم غذایی پرفیبر مانند سبزیجات، میوه و مایعات مصرف کنید.
- تا دو هفته اول بیماری استراحت کنید و از انجام ورزش خودداری کنید.
- در صورت اجازه پزشک می توانید ابتدا ورزش های سبک انجام دهید و از انجام ورزش های سنگین اجتناب کنید.
- به طور مکرر در بین فعالیت در زمان ابتلا به این بیماری استراحت کنید.
- هرچه سریعتر با بهبود علائم و در صورت اجازه پزشک فعالیت طبیعی خود را از سر بگیرید.
- از استعمال دخانیات خصوصا سیگار و قلیان خودداری کنید.
- از بلند صحبت کردن، فریاد و صحبت های سریع و طولانی، خندیدن یا آواز خواندن اجتناب کنید.
- استراحت در حالت نشسته ممکن است راحت تر باشد.
- اندازه گیری مرتب فشار خون، تعداد ضربان قلب و تنفس ضروری است و در صورت تغییرات به پزشک اطلاع دهید.
- از حضور در مکان های شلوغ و پر رفت و آمد و عمومی دوری کنید.
- از عطر و ادکلن و ... تا زمانی که پزشک اجازه نداده است استفاده نکنید.
- از هواپیما جهت مسافرت استفاده نکنید.
- در زمان ابتلا به بیماری غواصی نکنید.
- نفس خود را درون ریه ها حبس نکنید.
- از بلند کردن وسایل سنگین خودداری کنید.
- از تماس با افراد بیمار بخصوص سرماخوردگی خودداری کنید. از سرما و گرمای شدید دوری کنید.
- زمانی که داخل قفسه سینه شما برای خروج هوا لوله تعبیه شده است و در منزل هستید برای اطمینان از صحت کارکرد لوله به تشکیل حباب در داخل محفظه شیشه ای دقت کنید. از پرستار خود بخواهید تا کارکرد آن را به شما یاد بدهد.
- از کشیدن لوله تعبیه شده و یا خوابیدن بر روی لوله اجتناب کنید.
- پانسمان محل لوله قفسه سینه را تا معاینه مجدد توسط پزشک باز نکنید.
- **در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید**
- در صورت مشاهده خروج هر نوع مایع چرکی و خیس شدن پانسمان
- افزایش درجه حرارت تا 38/3 درجه سانتیگراد
- تشدید درد سینه یا کوتاهی نفس
- سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی