

بسمه تعالی



مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی سینا

## آموزش بیماران مبتلا به پنومونی

تهیه و تنظیم: محمدی، کارشناس پرستاری

منبع: کتاب آموزش به بیمار

تالیف ماری ام. کانابو ترجمه دکتر نصیریانی

واحد آموزش سلامت

تاریخ تدوین اسفند ۱۳۹۸

تاریخ بازنگری مهر ۱۴۰۱

علائم بیماری پنومونی چیست؟

-سرفه، گاهی همراه با خلط زرد، سبز

به همراه رگه های خونی، تنگی نفس

، درد قفسه سینه، که با نفس کشیدن

بدتر می شود، تب، کاهش اشتها

در صورت ابتلا به پنومونی چه کنیم؟

-داروهای را که پزشکتان تجویز می

کند بموقع مصرف کنید.

- استفاده از دستگاه بخور و

استراحت در اتاق مجهز به مرطوب

کننده هوا

-پرهیز از مصرف ادویه جات مواد

غذایی خیلی ترش و شیرین.

- در معرض دود و بوهای غلیظ قرار

نگیرید زیرا مسیر تنفسی شما را

تحریک می کند.

- تنفس عمیق انجام دهید و مایعات

ولرم زیاد مصرف کنید.

-در هنگام سرفه کردن از دستمال

یکبار مصرف استفاده کرده و دور

انداخته شود.

-همراه بیمار فاصله ی حداقل ۱/۵ متر

را با او رعایت کند.

-ملاقات محدود شود، ملاقات

کودکان، افراد مسن، بیماران پیوندی،

مادران بار دار و شیرده و بیماران نقص

ایمنی ممنوع است.

-از دست دادن و روبوسی خودداری

شود.

-برای تنفس راحت تر بیمار بهتر

است اتاق را مرطوب نگه داشته و بیمار

را در حالت نیمه نشسته قرار گیرد.

- پیگیری بعد از اتمام درمان و مراجعه مجدد به پزشک الزامی است.

نحوه استفاده صحیح از اسپری های استنشاقی

۱- قبل از مصرف اسپری بهتر است داخل دهان را با آب بشوئید تا محوطه دهان از ذرات غذا یا مواد خارجی پاک شود تا احتمال ورود این ذرات در هنگام تنفس به حلق و حنجره از بین برود.

۲- در پوش محافظ دهانی را بردارید و اسپری را به شدت تکان دهید.

۳- اسپری را در وضعیت مناسب آن یعنی وارونه و عمودی در دست بگیرید.

۴- با بازدم عمیق حداکثر هوا را از سینه خود خارج نمایید (البته بدون ایجاد اشکال و تنگی نفس شدید) تا بتوانید پس از آن یک دم عمیق انجام دهید.

۵- دهانه اسپری را در دهان خود گذاشته، لب ها را به دور آن محکم ببندید تا هوا از راه دیگری وارد دهان شما نشود.

۶- نفس عمیق بکشید و بطور همزمان اسپری را بکار اندازید. مهم این است که درست در لحظه شروع تنفس فقط یکبار به اسپری فشار وارد کنید تا دارو همراه با هوای استنشاقی به عمق ریه نفوذ کند.

۷- اسپری را از دهان خارج کنید و حداقل ۱۰ ثانیه یا هر مقدار که می توانید نفس را در سینه حبس کنید. ۸- نفس خود را به آرامی و به صورت یکنواخت از بینی خارج سازید تا التهابات حساسیتی بینی را نیز کنترل نمایند.

۹- در صورت نیاز به استفاده مجدد حداقل یک دقیقه صبر کنید.

۱۰- پس از مصرف، پوشش دهانی را دوباره بگذارید تا از ورود گرد و غبار جلوگیری شود.

نکته مهم: بعد از مصرف اسپری دهان خود را با آب معمولی بشوئید. شستشوی دهان با آب موجب پیشگیری از عفونتهای قارچی دهان خواهد شد.