

## آموزش‌های بدو بستری :

1- دستبند شناسایی که به دست غالب شما بسته شده است تا زمان ترخیص نگهداری کنید.

2- به علت خطر سقوط از تخت همیشه نرده کنار تخت بالا باشد .

3- حتماً قبل از خروج از تخت 10 دقیقه در وضعیت نشسته و پاها آویزان باشد. و سپس اقدام به خروج از تخت نمایید.

4 همراه بیمار باید قبل از انجام هر اقدامی برای بیمار، به پرستار اطلاع دهد.

5- نام پزشک خود را بدانید و نام پرستار خود را در هر شیفت بپرسید.

6- درمورد فعالیت و نوع تغذیه از پزشک یا پرستار خود سنوال کنید

7- جهت پیشگیری از عفونت دست‌های خود را بطور مرتب بشویید.

## آموزش‌های حین بستری :

### بیماری سل:

سل یک بیماری عفونی است که توسط جریان

هوا منتشر می شود. عفونت در اثر استنشاق

ذرات حاوی باکتری سل رخ می دهد. شخص

آلوده می تواند از طریق سرفه، عطسه یا حرف

زدن ذرات حاوی باکتری را منتشر کند. تماس

مستقیم و نزدیک با افراد آلوده می تواند شانس

انتقال را افزایش دهد.

### عوامل تهدید کننده بیماری سل:

سیگار، الکل، ایدز، بیماری فقر، دیابت استعداد

ژنتیکی، تغذیه نامناسب، عدم واکسیناسیون و...

## راه های انتقال بیماری سل:

از راه هوا منتقل می شود و پس از گذشت حدود

دو هفته از درمان با داروی ضد سل در بیماران

غیرمقاوم به درمان بیماری دیگر مسری نخواهد

بود. و قبل از آن بیمار باید در یک اتاق جدا

ایزوله شود.

### مراقبت از افراد مبتلا به بیماری سل :

داروهای خود را بطور مستمر و بدون قطع کردن

مصرف کنید و ایزوله ی تنفسی باید جهت

پیشگیری از منتقل شدن بیماری رعایت شود.

این بیماران از بی اشتهاهی رنج می‌برند. رژیم

غذایی آنها باید پرپروتئین و پرویتامین باشد.



## سل

گردآوری: خانم میرزامحمدی کارشناس پرستاری

تایید کننده علمی: اساتید عفونی

آموزش به بیمار تالیف: ماری ام. کاناپیو و ترجمه دکتر  
نصیریانی

تاریخ تدوین: شهریور 1399

تاریخ بازنگری: مرداد 1403

سایت بیمارستان سینا

[/https://sinahosp.tbzmed.ac.ir](https://sinahosp.tbzmed.ac.ir)

جهت دریافت آموزشهای لازم و برنامه ویزیت پزشکان

درمانگاه بیمارستان سینا به کانال تلگرام آموزش سلامت

بیمارستان سینا ملحق شوید

@amuzesh\_salamat

واحد آموزش سلامت

آموزشهای خود مراقبتی در منزل:

- حداقل تا دو هفته تا بعد از شروع درمان قرنطینه تنفسی رعایت شود.
  - داروها با معده خالی و یا حداقل یکساعت قبل از غذا مصرف شود
  - جهت پیشگیری از ابتلا اطرافیان بهداشت فردی را رعایت کنید
  - داروهای تجویزی پزشک را به طور مرتب مصرف نمایید.
  - به هیچ عنوان خودسرانه درمان را متوقف نکنید.
- رژیم:
- مواد غذایی پرپروتئین، پرکالری با حجم کم و در دفعات زیاد مصرف کنید.
  - از مصرف غذاهای حاوی تیرامین و هیستامین (تن ماهی، پنیر کهنه، مواد حاوی خمیر ترش و...) اجتناب کنید
- فعالیت:
- استراحت و فعالیت متناوب داشته باشید.

ملاقات برای بیماران مبتلا به سل ممنوع می باشد. از وسایل حفاظت فردی مانند ماسک در مواجهه با بیمار مبتلا به سل استفاده کرده و فاصله ی حداقل 1/5 متری را رعایت کنید جهت تنفس راحت تر بیمار را نیمه نشسته نگه دارید. در موقع ترخیص از مکان و زمان مراجعه به پزشک، مصرف داروها و نوع تغذیه و فعالیت از پزشک یا پرستار خود پرسید.

آموزشهای حین ترخیص:

علائم مهم برای مراجعه فوری به اورژانس یا پزشک معالج (sign) عبارتند از:  
در صورت تداوم بیش از دو هفته ای تب، زردی جدید - درد شکم جدید، بی اشتهایی جدید، گزگز جدید در انتهاها، تورم مفصلی جدید، عدم بهبود اشتهای بعد از یک ماه و تشدید سرفه و تنگی نفس و استفراغ های اذیت کننده مجدداً به پزشک مراجعه نمایید.