

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-حتما"قبل از خروج از تخت 10 دقیقه در وضعیت نشسته و پاها آویزان باشد .وسپس 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 ونام پرستار خود را در هر شیفت بپرسید.
- 6-درمورد فعالیت ونوع تغذیه از پزشک یا پرستار خود سوال کنید.
- 7- جهت پیشگیری از عفونت دستهای خود را بطور مرتب بشوئید.

آموزشهای حین بستری :

مراقبت های لازم در عفونت ادراری:

- 1-آب زیاد بنوشید، جریان زیاد ادرار باعث شسته شدن میکروب ها از داخل مجاری ادراری میشود.
- 2-استراحت کافی داشته باشید تا بدن شما قدرت کافی برای مبارزه با میکروب ها را داشته باشد
- 3-در صورت تجویز آنتی بیوتیک دارو را دقیقا در زمان معین مصرف کنید و حتما دوره درمان را کامل کنید،
- 4-مصرف غلط و نامنظم آنتی بیوتیک ها باعث مقاوم شدن میکروب ها می شود. و افزایش احتمال تکرار عفونت در آینده می شود.

5-ممکن است داروهایی برای بهبود سوزش

ادرار برای شما تجویز شده باشد.مثل فنزوپریدین، این داروها می توانند به طور طبیعی باعث تغییر رنگ ادرار شوند، در این صورت نگران نباشید و مصرف دارو را ادامه دهید

6- نوشیدن زیاد قهوه، نسکافه و سایر نوشیدنی های حاوی کافئین زیاد تا زمان بهبود، ممکن است باتحریک مثانه باعث تشدید علائم شود.از مصرف زیاد انواع شکلات، غذاهای تند و ادویه جات ونوشیدنی های گاز دارمثل نوشابه خودداری کنید.

7-ادرارخود را نگه ندارید.

8- اگر از قبل داروی دیگری مصرف می کنید حتما به پزشک خود اطلاع دهید.

9-شخصا اقدام به قطع مصرف دارو نکنید.



دانشگاه علوم پزشکی تبریز
مرکز آموزشی درمانی سینا

مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی سینا

عفونت اداری

گردآوری: خانم میرزامحمدی کارشناس پرستاری

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

تایید کننده علمی: اساتید عفونی

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](https://t.me/amuzesh_salamat)

واحد آموزش سلامت

آموزشهای خود مراقبتی در منزل مراقبت:

- از نگاه داشتن ادرار به مدت طولانی اجتناب کنید.
 - بعد از هر بار اجابت مزاج ناحیه پرینه را تمیز کنید.
 - داروهای تجویزی پزشک را به طور مرتب مصرف نمایید.
- رژیم:

- رژیم غذایی محدودیتی ندارد (مگر محدودیت هایی که مربوط به بیماری زمینه ای می شود).

فعالیت:

- محدودیت حرکتی ندارید.

آموزش زمان ترخیص:

علائم مهم برای مراجعه فوری به اورژانس یا پزشک معالج (sign):

- تب یا تب و لرز مجدد یا تداوم آنها ،
 - عدم بهبودی سوزش و تکرر ادرار ،
 - درد جدید پهلو یا شکم
- به پزشک مراجعه نمایید.