- از رابطها و ایجاد تغییر در روند اکسیژن دستکاری سرم و رسانی خودداری نمائید
- سعی کنید سرفه کنید و تنفس عمیق **داشته باشید.**
- ممکن است جهت دفع ادرار سونداژ شوید، از کشیدگی و قرار دادن کیسه ادراری در سطح بدن جهت پیشگیری از عفونت ادراری خودداری نمائید
- جهت اندازه گیری سطح بعضی از داروهای ضد انعقادی در خون ،روزانه از شما نمونه خون گرفته می شود
- ممکن است مانیتورینگ قلبی شوید از جدا نمودن سیم متصل به قفسه سینه اجتناب نمائید
- در صورت بروز درد ساق پا ، احساس گزگزپا ،کبودی پا،تورم قسمت پایین پا، تورم قوزک پا، همچنین تنگی نفس، افزایش تعداد تنفس، درد قفسه سینه بخصوص در هنگام تنفس عمیق، سرفه وخروج خون، سرفه خشک آزار دهنده ، طپش قلب به پرستار و پزشک گزارش دهید..
- عوارض داروهای ضد انعقاد نظیر خونریزی از لثه، خونریزی از بینی، ، ادرار خونی ، مدفوع سیاه و قیری رنگ را سریعا به پرستار و پزشک خودگزارش دهید.

آموزش بعد از ترخیص در منزل :

- جهت جلوگیری از جمع شدن ریه، سرفه کنید و تمرینات تنفسی عمیق انجام دهید
- برای جلوگیری از بروز مجدد بیماری از استراحت طولانی در بستر در طی بیماری خودداری کنید.
- در هنگام استراحت در بستر و نشستن ساقها یا مچ پاها را روی یکدیگر نیندازید
- در طی سفر هر ۲-۱ ساعت مدتی ایستاده و راه بروید.

توصیه ها در مصرف ضد انعقاد

- ✓ در صورت مصرف وارفارین نباید ، در ورزشهایی که احتمال خطر ضربه وجود دارد شرکت کنید چرا که شما در معرض خونریزی ناشی از ضربه هستید .
- ✓ از مصرف الکل به دلیل ایجاد تغییر در پاسخ بدن به داروهای ضد انعقاد پرهیز کنید.
- ✓ باید قبل از اینکه به سفر طولانی مدت بروید ، با پزشک خودمشورت کنبید.
- ✓ از ایجاد صدماتی که باعث خونریزی گردد ، پرهیز کنید.
- ✓ به جای تیغ از ماشین ریش تراش استفاده کنید .
- ✓ میزان اثر دارو و مقدار مصرف وارفارین با آزمایش خون INR-PTپی تی- آی ان آر مشخص می شود ، به صورت دوره ای این آزمایش را طبق دستور پزشک انجام دهید و جواب را به رویت پزشک برسانید
- ✓ در صورت مصرف آکسابین (ریواروکسابان)بهتر است بعد از غذا دارو را مصرف کنید
- ✓ در هنگام مصرف وارفارین از تزریق عضلانی خودداری کند.

علائم هشدار دهنده جهت مراجعه فوری به پزشک :

درد قفسه سینه، طپش قلب ، تنفس تند، سرفه، مدفوع سیاه و قیری رنگ، استفراغ و سردرد،کاهش سطح هوشیاری ,ضربه به سر

منبع : کتاب برونر و سودارث قلب۲۰۲۲

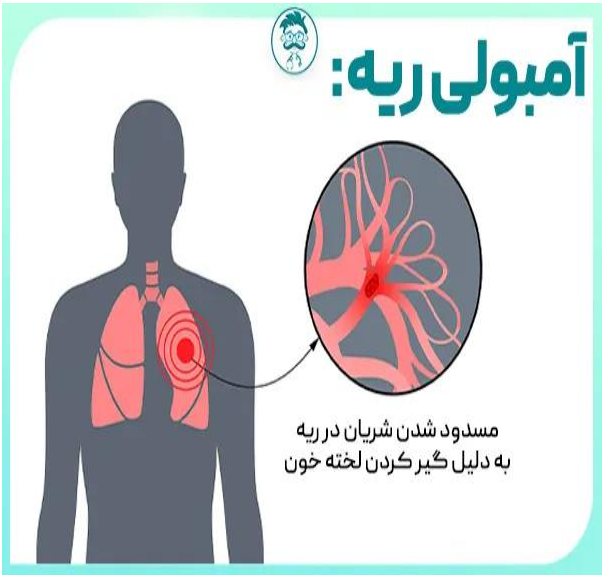
- ❖ پاسخگویی به سوالات بعد از ترخیص هر روز به جز ایام تعطیل ساعت ۱۴ الی ۱۵ : خانم ریحانی ۰۹۱۵۶۴۱۶۸۹۳
- ❖ سامانه نوبت دهی اینترنتی درمانگاه تخصصی و فوق تخصصی

www.Nobat.nkums.ac.ir:

- ❖ نوبت دهی درمانگاه تخصصی و فوق تخصصی ۰۵۸-۳۱۵۱۴۲۲۰
- ❖ جهت کسب اطلاعات بیشتر : در گوگل این مراحل را انجام دهید : ۱ - بیمارستان امام حسن بجنورد ۲ - وب سایت بیمارستان -۳آموزش به بیمار(سمت چپ صفحه اصلی بیمارستان تصویر اموزش به بیمار را انتخاب نمایید) -۴ مطلب مورد نظر خود را انتخاب نمایید

مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی امام حسن (ع)

راهنمای خود مراقبتی



واحد آموزش سلامت بیمارستان امام حسن(ع) بجنورد

تایید کننده:
دکتر آیدا طیبی
(متخصص قلب وعروق)

کد محتوا : ۴۳
گروه هدف بیماران
بازنگری مجدد : تابستان ۱۴۰۴

آمبولی ریه :

به وجود لخته خون ، چربی و یا هوا در یکی از سرخرگهای ریه که به ریه خونرسانی می کند آمبولی ریه می گویند .

ابتدا لخته خون در۶۶٪موارد در یکی از وریدهای عمقی اندام تحتانی یا لگن شکل می گیرد (در شرایط بی حرکتی طولانی مدت که کندی وتجمع خون باعث تشکیل لخته می شود.)

آمبولی چربی معمولا از ناحیه شکستگی استخوانی تشکیل می شود.

لخته خون یا آمبولی چربی از طریق جریان خون از قلب می گذرد و به یکی از شریان های بافت ریه راه یافته و درآنجا قرار می گیرد و سبب بسته شدن شریان ریوی و بدنبال آن کاهش توانایی تنفس و گاهی تخریب بافت ریه می شود.

عوامل کمک کننده به ایجاد آمبولی ریه :

- مسافرت طولانی مدت با وسایل نقلیه
- بعد از اعمال جراحی و یا شکستگی اندام تحتانی
- حاملگی
- نارسایی قلبی
- سن بالای ۵۰ سال
- بی حرکتی طولانی مدت و بستری در بیمارستان
- چاقی و چربی خون بالا ، مصرف قرص های ضد بارداری و سیگار
- سرطان

علائم آمبولی ریه :

تنگی نفس ناگهانی - درد قفسه سینه که با نفس کشیدن بدتر میشود -و یا غش همراه با افت فشار خون - سرفه و افزایش ضربان قلب -تعریق شدید

- در صورتی که منشا. امبولی تشکیل لخته خون در وریدهای اندام تحتانی باشد با درد و تورم و گرمی اندام به صورت یک طرفه همراه است و معمولا عضلات پا سفت شده و با التهاب پوست همراه است .

را ههای تشخیص آمبولی ریه :

- علائم ونشانه های بیمار
- نوارقلب
- آزمایش خون (آزمایش دی دایمر)
- رادیوگرافی قفسه سینه ،سی تی اسکن ریه ،سی تی آنژیو ریه(برای تشخیص قطعی آمبولی ریه از این روش استفاده می شود) سونوگرافی برای بررسی عروق اندام تحتانی ، ممکن است MRI ریه نیز انجام شود .

درمان:

- داروهای ضد انعقاد تزریقی جهت حل شدن لخته و یا کوچک کردن لخته استفاده می شود و بعد آن داروهای خوراکی حداقل به مدت ۳ تا ۶ ماه ادامه می یابد .
- تجویز اکسیژن در صورت نیاز
- تجویز داروهای مسکن در صورت نیاز
- استفاده از جوراب کشی

راه های پیشگیری از امبولی ریه :

- ✓ از استراحت طولانی مدت در بستر در طی بیماری خودداری کنید
- ✓ در طی دوره نقاهت از جوراب کشی استفاده کنید .
- ✓ بعد از جراحی هر چه سریعتر شروع به راه رفتن کنید
- ✓ خودداری از استعمال دخانیات بخصوص خانمهای ۳۵ سال به بالاکه قرص ضد بارداری مصرف میکنند
- ✓ در طی سفر هر ۲-۱ ساعت مدتی ایستاده و راه بروید.
- ✓ جلوگیری از افزایش وزن

آموزش به مددجو مبتلا به آمبولی ریه در زمان بستری:

- در چند روز اول بستری تا زمان بر طرف شدن علائم التهابی ناشی از لخته خون استراحت در تخت را رعایت کنید و در طی استراحت در بستر اندامهای تحتانی را به طور مکرر حرکت دهید تا به حرکت و جریان خون کمک کنید .
- در هنگام خوابیدن پاها را با لاتر از سطح بستر قرار دهید .بهتر است زیر پاها یک متکای نازک گذاشته شود .
- از نشستن به حالتی که ساقها یا مچ پاها را روی یکدیگر بیندازید خودداری کنید
- جهت کاهش درد قفسه سینه و بهتر شدن تنفس در وضعیت نیمه نشسته قرار بگیرید
- از ایستادن ، نشستن و یا بی حرکتی طولانی مدت بپرهیزید و هر دو ساعت حرکات ورزشی مثل تکان پاها و انگشتان را انجام دهید.
- جهت تسهیل تنفس و برطرف شدن تنگی نفس، اکسیژن برای شما گذاشته شده است.
-