

راهنمای آموزش به بیمار در بیمارستان آیت الله کاشانی شهرکرد کد آموزش: 116

مراقبت بعد از ترخیص آمبولی ریه

رژیم غذایی و تغذیه : در طول درمان از مصرف غذاهای حاوی ویتامین K (مثل خانواده کلم، پیاز، ماهی، مارچوبه به مقدار زیاد) به میزان زیاد استفاده نکنید. توجه کنید که در این حالت از تغییر ناگهانی رژیم غذایی خود پرهیز نمایید به طوری که اگر فردی گیاهخوار بوده اید تغییری در رژیم و عادت قبلی خود به یکباره ایجاد ننمائید. همچنین از خوردن سیر و گریپ فروت بهتر است پرهیز نمایید.

❖ فعالیت

- ✓ از استراحت طولانی مدت در بستر خودداری کنید.
- ✓ در طی سفر هر 1-2 ساعت مدتی ایستاده و راه بروید.

❖ مراقبت

- ✓ مصرف سیگار را قطع کنید زیرا اثرات داروها را کاهش می دهد (به خصوص در خانم های 35 سال به بالا که قرص ضد بارداری مصرف می کنند).
- ✓ آقایان از ریش تراش برقی به جای تیغ استفاده کنند (به جهت مصرف داروهای رقیق کننده خون و احتمال ایجاد زخم و عوارض آن)
- ✓ پاهای را به اندازه 30 درجه ، بدون خم کردن زانو جهت جلوگیری از رکود خون بالا قرار دهید و با پاهای آویزان یا جمع شده نایستید و ننشینید.
- ✓ از جراحی های غیر ضروری اجتناب کنید، در صورت نیاز به مراجعه به پزشک برای هر بیماری و مشکل دیگری، وی را از داروهای مصرفی و مشکل فعلی تان آگاه نمایید.
- ✓ دستبند یا کارت مشخصات که مصرف داروهای ضد انعقاد در آن ثبت شده باشد همراه داشته باشید.

❖ دارو

- ✓ داروهای ضد انعقادی در جهت حل کردن لخته و جلوگیری از ایجاد دوباره آن به صورت خوراکی داده به شما خواهد شد.
- ✓ در هنگام مصرف داروهای ضد انعقاد از داروهای آسپرین، ویتامین K، داروهای مسهل استفاده نکنید و از تزریق عضلانی و زیر جلدی خودداری کنید.

❖ زمان مراجعه بعدی

- ✓ در صورت وجود درد قفسه سینه، طپش قلب ، تنفس تند، سرفه، مدفوع سیاه و قیری رنگ، استفراغ و سردرد ، خلط خونی یا صورتی رنگ، تنگی نفس یا سرفه ناگهانی
- مرتبا بر اساس نظر پزشک برای انجام آزمایشات لازم مراجعه نموده و آزمایشات درخواستی را انجام دهید.

واحد پرستاری آموزش به بیمار و پیگیری

منبع: برونر - سوارث پرستاری داخلی و جراحی، 2022

Email: kashani@skums.ac.ir

واحد آموزش به بیمار