

## راهنمای آموزش به بیمار در بیمارستان آیت الله کاشانی شهرکرد کد آموزش: 104

### آموزش حین ترخیص آنسفالیت

#### ❖ رژیم غذایی و تغذیه

- ✓ از رژیم حاوی قند و مواد شیرین زیاد پرهیز کنید ولی از مایعات فراوان استفاده کنید.
- ✓ بهتر است از غذاهای پرانرژی و پر پروتئین استفاده کنید.

#### ❖ فعالیت

- ✓ جهت پیشگیری از عفونت‌های تنفسی، تنفس عمیق و سرفه انجام دهید، فیزیوتراپی قفسه سینه، ورزش‌های هوازی مثل پیاده روی انجام دهید و تحرک داشته باشید.
- ✓ فعالیت‌هایی را انتخاب کنید که قسمت اعظم انرژی آنها در مدت زمان کوتاهی صرف می‌شود. در نظر گرفتن دوره‌های استراحت مکرر بین فعالیت‌ها مهم است.
- ✓ تا بهبودی کامل از رانندگی پرهیز کنید.

#### ❖ مراقبت

- ✓ فاز حاد به طور معمول 1-2 هفته طول می‌کشد. تب و علائم به تدریج یا به طور ناگهانی ناپدید می‌شوند.
- ✓ اگر در نواحی پرخطر به سر می‌برید، از مواد دافع حشرات و توری جهت جلوگیری از گزش حشره استفاده کنید.
- ✓ در صورت بروز مشکلات گفتاری و شناختی با گفتاردرمان و کاردرمان مشاوره کنید.
- ✓ برای کنترل تب از تب بر و بدنشویه استفاده کنید.
- ✓ برای سردرد از مسکن‌های خفیف استفاده کنید و در اتاقی با نور کم و بدون سرو صدا و آرام استراحت کنید.
- ✓ شستن دست‌ها قبل و بعد از قرار گرفتن در معرض افراد آلوده و استفاده از دستشویی الزامی است.
- ✓ از تماس با افراد مبتلا به بیماری عفونی اجتناب کنید.

#### ❖ دارو

- ✓ در صورتی که دچار خونریزی، خستگی، گرگرفتگی، بی‌حالی و خارش شدید، بلافاصله پزشکتان را مطلع سازید زیرا احتمال دارد دچار عوارض دارویی شده باشید.

✓ در صورت بروز تب، لرز و دردهای بدنی شدید پزشک معالج را مطلع سازید زیرا احتمال دارد دچار عوارض دارویی شده باشید.

✓ آنتی بیوتیک و سایر داروهای ضد ویروسی را به موقع و دوره کامل آنها را مصرف کنید.

### ❖ زمان مراجعه بعدی

✓ نشانه‌های اضطراری: در صورت از دست دادن هوشیاری، پاسخ ضعیف به سوالات، بی حسی، کما، ضعف عضلات و یا فلج و تشنج، سردرد شدید، تغییر ناگهانی در عملکرد ذهنی (خلق و خو، از دست دادن حافظه کوتاه مدت و بلند مدت و وجود هرگونه عفونت در بدن سریعاً به بیمارستان و یا اورژانس مراجعه نمایید.

✓ در زمان تعیین شده توسط پزشک حتماً به بیمارستان یا پزشک معالج مراجعه نمائید.

### واحد پرستاری آموزش به بیمار و پیگیری

منبع: برونر – سواد پرستاری داخلی و جراحی، 2022

Email: [kashani@skums.ac.ir](mailto:kashani@skums.ac.ir)