

شماره پرونده:

فرم شماره 2 - آموزش به بیمار و خانواده

پنومونی

مراقبت های پس از ترخیص

نام خانوادگی:	نام:	بخش: اتاق: تخت:	پزشک معالج:
نام پدر:	تاریخ تولد: جنس: مرد زن	تشخیص (علت بستری):	تاریخ پذیرش:

بیمار محترم ضمن آرزوی سلامتی برای شما شایسته است که پس از ترخیص از بیمارستان موارد زیر را به دقت مطالعه و اقدام نمایید:

مراقبت در منزل:

- دوره ی درمان را کامل نمایید و آنتی بیوتیک های تجویز شده را با معده خالی و در ساعت مقرر مصرف کنید و در صورت تحریک معده دارو را همراه با شیر یا غذا میل نمایید. در صورت فراموش کردن یک دوز دارو در عرض ۸ ساعت میتوانید دارو را مصرف کنید در غیر اینصورت دوز بعدی را در ساعت مقرر استفاده نمایید و دوز دارو را دو برابر نکنید.
- ممکن است چندین هفته طول بکشد که نیروی معمولی خود را بدست آورید لذا از فعالیت زیاد خودداری نمایید و بین فعالیت ها بطور متناوب استراحت نمایید.
- از مواد غذایی پر پروتئین (گوشت، لبنیات، تخم مرغ، حبوبات و ...) پر کربوهیدرات (نان، غلات، سیب زمینی و ...) و سرشار از ویتامین (میوه و سبزیجات) استفاده نمایید.
- جهت بهبود الگوی تنفسی میتوانید در حالت نشسته و یا ایستاده کمی به جلو خم شوید و تنفس را با لب های غنچه انجام دهید. باخم شدن به جلو بطور خودکار بجای تنفس با عضلات فرعی، تنفس دیافراگمی خواهید داشت.
- روزانه ۲ تا ۳ لیتر مایعات که به رقیق شدن و خروج ترشحات ریه کمک میکند مصرف کنید و اگر به علت بیماری کلیوی یا قلبی ممنوعیت مصرف مایعات دارید از بخور برای مرطوب کردن هوای تنفسی استفاده نمایید.
- از محرک ها مثل سیگار و گرد و غبار اجتناب نمایید و از استرس که موجب افزایش نیاز به اکسیژن می شود پرهیز نمایید.
- اگر مبتلا به هر یک از بیماری های قلبی، ریوی، کلیوی یا دیابت هستید با مشاوره پزشک، واکسن پنومونی و آنفلوانزا را سالیانه دریافت نمایید.

ورزش و فعالیت :

✓ منعی جهت انجام فعالیت های روزانه خود ندارید.

در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان مراجعه کنید:

- ضعف و بی حالی
- تنگی نفس
- تنفس های شکمی

جهت تهیه داروهای منزل با کد ملی و کد پیگیری به داروخانه طبقه همکف مراجعه نمایید

در صورت بروز مشکل و یا نیاز به مراقبت اوزانسی شماره **09945464760** به صورت **24** ساعته پاسخگو شما بیمار گرامی می باشد

بیمارستان حضرت فاطمه (س)

واحد آموزش

