

آمبولی ریه



واحد آموزش به بیمار

بهار ۱۴۰۳

رژیم غذایی:

- ◇ مصرف مایعات به میزان کافی توصیه می شود.
- ◇ به منظور سلامت پوست مواد غذایی سرشار از پروتئین (ترجیحا پروتئین گیاهی) مانند عدس ، سویا ، نان گندم ، غلات ، حبوبات ، مغزها و... غذاهای حاوی ویتامین ب مثل شیر ، حبوبات و گوشت و ویتامین ث مثل مرکبات ، توت فرنگی ، گوجه فرنگی و انواع میوه جات و سبزیجات تازه توصیه می شود.
- ◇ از مصرف غذاهای شور و چرب خودداری کنید.



در صورت بروز خونریزی از لثه ، خلط خونی، خون در ادرار، مدفوع قرمز یا قیری رنگ ،خونریزی و قاعدگی شدید، کبودی شدید پوست ، تب و لرز ، خستگی ، زخم گلو ، تهوع و استفراغ و شکم درد به پزشک مراجعه نمایید.

◇ در صورت ایجاد بریدگی در دست و پا اندام را بالاتر از سطح قلب قرار دهید و به مدت ۱۰ دقیقه آن را فشار دهید.

◇ در صورت مصرف وارفارین مصرف غذاهای پر چرب و سرشار از ویتامین ما مانند (کلم ، پیاز ، کاهو ، اسفناج، شلغم ، ماهی، جگر) را محدود کنید زیرا در جذب وارفارین تداخل ایجاد میکند.

◇ از مصرف خودسرانه داروهایی مانند آسپرین ، آنتی بیوتیک ها ، مسهل هل ، ملین ها ، آنتی بیوتیک ها و دارو های سرماخوردگی و ضد بارداری خوراکی که اثر وارفارین را کاهش می دهند بدون تجویز پزشک



آمبولی ریه (PTE) :

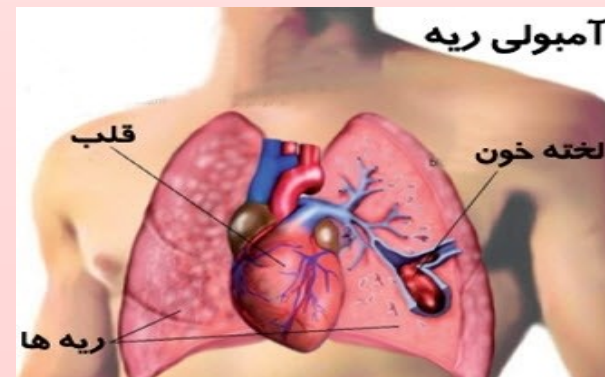
این بیماری در اثر مسدود شدن شاخه ای از سرخرگ ریه به وسیله لخته ایجاد می شود. لخته از رگهای دیگر بدن حرکت کرده و در رگهای کوچکتر گیر می کند. عواملی مانند کاهش فعالیت بی حرکتی طولانی مدت چاقی شکستگی بارداری و دود سیگار در ایجاد لخته در رگها نقش دارند

علائم بیماری:

- ◀ تنگی نفس
- ◀ افزایش تعداد نفس
- ◀ افزایش ضربان قلب
- ◀ خلط خونی
- ◀ اضطراب
- ◀ سنکوپ و تعریق

درمان:

از داروهای ضد انعقاد تزریقی جهت حل شدن لخته و یا کوچک کردن لخته استفاده می شود و بعد از آن داروهای خوراکی به مدت ۳ تا ۶ ماه ادامه می یابد. استفاده از مسکن و اکسیژن نیز در بهبود علائم بیماری کمک کننده است.



نکات آموزشی:

- ◊ در چند روز اول بیماری نیاز به استراحت دارید. جهت کاهش درد قفسه سینه و بهتر شدن تنفس در وضعیت نیمه نشسته قرار بگیرید.
- ◊ از ایستادن نشستن و یا بی حرکتی طولانی مدت پرهیز کنید و هر ۲ ساعت حرکات ورزشی مثل تکان دادن پاها و انگشتان را انجام دهید.
- ◊ در صورتی که شما قادر به انجام حرکات ورزشی نیستید در صورت اجازه پزشک حرکات ورزشی توسط فرد دیگری روی پاهای شما انجام شود. از ماساژ دادن شدید پاها خودداری کنید.
- ◊ در هنگام استراحت پاها را ۳۰ درجه بالاتر از سطح بدن قرار دهید. بالش زیر پاها قرار داده و سعی کنید پاها از مفصل ران و زانو خم نشوند.
- ◊ از پوشیدن لباس های تنگ کمربند جوراب دارای کش تنگ خودداری نمایید. و از جوراب های الاستیک استفاده کنید.
- ◊ در هنگام مسافرت از نشستن طولانی مدت در ماشین خودداری کنید و مرتب وضعیت بدن را تغییر دهید.

- ◊ برنامه منظم پیاده روی داشته باشید و از انجام فعالیت زیاد خودداری کنید.
- ◊ در روز چندین بار تنفس عمیق انجام داده و سرفه های موثر انجام دهید.
- ◊ در صورت بروز تنگی نفس شدید درد شدید قفسه سینه سرفه و دفع خلط خونی حتما به پزشک مراجعه نمایید.
- ◊ پاهایتان را روزانه بررسی کنید و در صورت تورم ساق پا و یا ایجاد درد در عضلات ساق پا (بعد از خم کردن پا به طرف عقب و یا تغییر رنگ و قرمزی پا) به پزشک مراجعه کنید.

دارو درمانی:

داروهای تجویز شده (وارفارین یا ریبوارکسابان) را طبق دستور پزشک مصرف کنید و آزمایشات خونی را در فواصل منظم طبق دستور انجام دهید و نتیجه را به پزشک اطلاع دهید.

