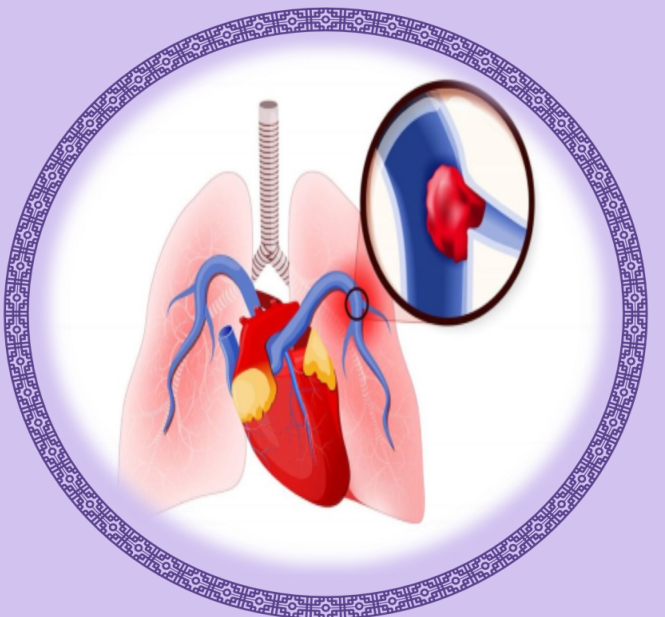




Bohlool Hospital

## آمبولی ریه

ویژه بیماران و همراهیان



کارگروه آموزش به بیمار بخش سی سی یو

کد سند Bh-Mn/Pat Edu Pam//doc-04/05

بازنگری: ۱۴۰۳

دفعات بازنگری: ۵

Www.bohlool.gmu.ac.ir

\* به منظور سلامت پوست مواد غذایی سرشار از پروتئین (ترجیحاً 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.

**علائمی که باید فوراً به پزشک اطلاع داد:**

- \* حساسیت، تورم و درد اندام تحتانی
- \* درد ناگهانی قفسه سینه
- \* افزایش در تعداد تنفس، کوتاهی نفسها
- \* تشدید اضطراب یا بی قراری، تب
- \* سرفه همراه با خلط خونی یا رگه های خون در خلط
- \* خونریزی غیر معمول

منبع: پرستاری برونر-سودارت

شماره تماس: ۰۵۱۵۷۲۳۶۸۳۴

شماره داخلی ۱۱۸۱ - ۱۳۰۰

آدرس وبسایت:

Www.bohlool.gmu.ac.ir

جهت دریافت فایل می توانید بارکد را با تلفن همراه و خود اسکن نمایید.



\* 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 کا مانند (کلم، پیاز، کاهو، اسفناج، شلغم، ماهی و جگر) را محدود کنید، زیرا در جذب وارفارین تداخل ایجاد می کند.

\* از مصرف خودسرانه داروهایی مانند آسپرین، آنتی اسیدها، مسهل ها، ملین ها، آنتی بیوتیک ها و داروهای سرما خوردگی و ضد بارداری خوراکی که اثر وارفارین را کاهش می دهند، بدون تجویز پزشک خودداری کنید..

\* با پای برهنه قدم نزنید.

\* ناخن ها را به دقت بچینید.

\* استفاده از ریش تراش برقی به جای تیغ،

\* استفاده از مسواک نرم

\* اجتناب از گذاشتن مواد تیز در دهان مانند خلال دندان.

\* از زور زدن هنگام دفع مدفوع خودداری کنید.

**رژیم غذایی:**

\* مصرف مایعات به میزان کافی توصیه می شود.

\* از مصرف غذاهای شور و چرب خودداری کنید.

## 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.

### عوامل ایجاد کننده :

- ← جراحی
- ← شیمی درمانی
- ← کاهش فعالیت و بی حرکتی طولانی مدت
- ← چاقی
- ← شکستگی
- ← بارداری
- ← دود سیگار در ایجاد لخته در رگها نقش دارند.

### علائم بیماری:

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

### 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 لباسهای 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.

### 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 ها و اکسیژن نیز در بهبود علائم بیماری کمک کننده است.

## دارو درمانی:

### رقیق کننده های خون (ضد انعقادها)

\* این داروها از بزرگ شدن لخته های موجود و تشکیل لخته های جدید در حالی که بدن برای شکستن لخته ها کار می کند، جلوگیری می کند.

\* هپارین یک ضد انعقاد است که می تواند از طریق ورید یا زیر پوست تزریق شود.

\* این دارو به سرعت عمل می کند و اغلب برای چند روز با یک ضد انعقاد خوراکی مانند وارفارین هم پوشانی می شود تا زمان اثربخشی آن روزها طول بکشد.

\* داروهای ضد انعقاد خوراکی جدیدتر سریعتر عمل کرده و تداخلات کمتری با سایر داروها دارند.

\* برخی از آنها این مزیت را دارند که به صورت خوراکی و بدون نیاز به هم پوشانی با هپارین تجویز می شوند.

\* با این حال، همه داروهای ضد انعقاد دارای عوارض جانبی هستند و خونریزی شایع ترین آنهاست.

\* داروهای تجویز شده (وارفارین یا ریواروکسابان یا آکسابین) را طبق دستور پزشک مصرف کنید و آزمایشات خونی را در فواصل منظم طبق دستور انجام دهید و نتیجه را به پزشک اطلاع دهید. بهتر است ریواروکسابان یا آکسابین را بعد از غذا مصرف نمایید.

