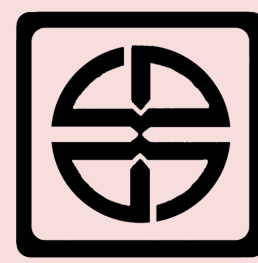




دانشگاه دامغان

مرکز مشاوره و سبک زندگی

نیاز های آموزشی، اولویت بندی، دستورالعمل و راهنمای آموزش به بیمار ۱۴۰۳



دانشگاه علوم پزشکی سمنان
مرکز آموزشی پژوهشی درمانی ولایت
واحد آموزش سلامت



اولویت ها و نیازهای آموزشی گاستروانتریت

بیمار باید در مورد بیماری، علائم و نشانه های آن بداند.

بیمار باید در مورد روش مصرف صحیح داروها و اثرات و عوارض مصرف ما صحیح بداند.

بیمار باید در مورد علائم خطر و هشدار در بیماری گاستروانتریت بداند.

بیمار باید رژیم غذایی مناسب را بداند.

بهتر است بیمار نوع و میزان فعالیت مناسب خود را بداند.

بهتر است بیمار درباره روش های پیشگیری از انتقال عفونت بداند.

بهتر است روش های نمونه گیری صحیح آزمایشات را بداند.

بیمار باید شیوه مدیریت و کنترل درد را بداند.

حین بستری :

رژیم غذایی :

- در مرحله حاد ممکن است با دستور پزشک برای چند ساعت خوردن و نوشیدن را قطع کنید تا معده در حالت استراحت قرار گیرد.
- پس از فروکش کردن علائم، ابتدا مایعات صاف شده محدود و اگر تا ۱۲ ساعت با مایعات مشکلی پیش نیامد، مقادیر کمی از غذاهای نرم و سریع الهضم مثل غلات، برنج، موز، جوجه یا سیب زمینی پخته شده و ماست بخورید.
- در حین بستری مشاوره تغذیه انجام می شود.
- جهت جلوگیری از کم آبی مایعات فراوان میل کنید.

فعالیت :

- در مرحله حاد، باید در تخت استراحت کنید.
- کم آبی می تواند باعث ضعف و خستگی در شما گردد، لذا برای کاهش اتلاف انرژی زمان استراحت بیشتری داشته باشید.

مراقبت :

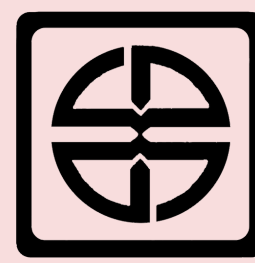
- مرتب دستان خود را بشویید به خصوص پس از توالت رفتن و قبل از غذا خوردن.
- در هنگام تهوع نفس عمیق و آهسته بکشید و به آرامی تغییر وضعیت دهید.
- پس از هر بار استفراغ بهداشت دهان خود را رعایت کنید.
- مدفوع را از نظر خون بررسی کنید و در صورت مشکل به پرستار اطلاع دهید.
- ممکن است آزمایشات خون و مدفوع برای شما انجام و در صورت نیاز تکرار شوند.
- پس از هر بار دفع ناحیه اطراف رکتوم را به خوبی تمیز کنید و از پماد محافظت کننده طبق تجویز پزشک استفاده کنید.



دانشگاه دامغان

مرکز مشاوره و سبک زندگی

نیاز های آموزشی، اولویت بندی، دستورالعمل و راهنمای آموزش به بیمار ۱۴۰۳



دانشگاه علوم پزشکی سمنان
مرکز آموزشی پژوهشی درمانی ولایت
واحد آموزش سلامت



دارو:

- ممکن است مایع درمانی (سرم) و در صورت نیاز آنتی بیوتیک طبق دستور پزشک معالج تجویز شود.
- داروها طبق دستور پزشک توسط پرستار در فواصل و ساعات معین تجویز میشود.

حین ترخیص:

رژیم غذایی:

- از نوشیدن نوشیدنی های حاوی کافئین (قهوه، چای) الکل، مصرف سیگار و غذاهای محرک، تند و پرادویه اجتناب کنید.
- پس از متوقف شدن اسهال و استفراغ، مقادیر کمی از مایعات رقیق مثل چای، سوپ رقیق یا ژلاتین بنوشید.
- از خوردن یا آشامیدن موارد زیر تا چند روز خودداری کنید: الکل، غذاهای پرادویه (پیتزا، اسپاگتی، پیاز)، انواع سس، سبزیجات و میوه های خام، قهوه و شیر.

فعالیت:

- تا یک هفته ممکن است ضعف و بی حالی داشته باشید بنابراین از فعالیت های شدید پرهیز کنید.

مراقبت:

- وزن خود را در حد متعادل حفظ کنید.
- تا زمانی که تهوع، استفراغ، اسهال و تب برطرف نشده باشد در رختخواب استراحت کنید.
- سیگار نکشید زیرا باعث تحریک دستگاه گوارش می شود.
- شستن دست ها مهم ترین اقدام جهت پیشگیری از انتشار این بیماری هاست. این کار باید قبل از آماده سازی مواد غذایی و صرف غذا بعد از رفتن به توالت و لمس وسایل شخصی صورت گیرد. شدید پرهیز کنید.

دارو:

- ممکن است مایع درمانی (سرم) و در صورت نیاز آنتی بیوتیک طبق دستور پزشک معالج تجویز شود.
- داروها طبق دستور پزشک توسط پرستار در فواصل و ساعات معین تجویز می شود.

زمان مراجعه بعدی:

- اگر علائم کم آبی مثل خشکی دهان، پوست چروکیده، تشنگی زیاد یا کاهش ادرار به وجود آیند. درد شدید در شکم یا راست روده، خصوصا دردی که از وسط شکم شروع شود و تدریجا به قسمت پایینی شکم در سمت راست تغییر مکان دهد. در موارد استفراغ بیشتر از دو روز، اسهال بیشتر از چندین روز، اسهال خونی، تب بالای ۳۸ درجه سانتی گراد، دردهای شکمی شدید، ضعف و گیجی به پزشک مراجعه کنید.

