

کد: CT-09-101 تاریخ ابلاغ: 1404/11/15 تاریخ بازنگری: 1405/11/01	کارت آموزش پس از ترخیص بیمار مراقبت از بیمار آسم	 دانشگاه علوم پزشکی سمنان بیمارستان ولایت دامغان واحد آموزش سلامت
تغذیه 1- انواع غذاها و مواد شیمیایی مختلف را که اخیرا با آن تماس بودید را یادداشت کنید.(برای تشخیص عامل آسم		
دارو در صورتی که در زمان ترخیص داروی خاصی تجویز شده (کورتون)همان دارو را طبق دستور و تا زمان معین شده مصرف نمایید. اسپری خود را در زمان مشخص و روش صحیح استفاده کنید به هیچ وجه بدون همراه داشتن اسپری از منزل خارج نشوید		
مراقبت های پزشکی و پرستاری در منزل (فعالیت ها،محدودیتهاو روشهای پیشگیرانه) تماس خود را با گل ها و گیاهان تاحد امکان محدود کرده و نگهداری آنها در منزل به ویژه اتاق خواب خودداری کنید. نظافت منزل را رعایت کرده و از تجمع گرد و غبار بر روی وسایل جلوگیری کنید و تماس نزدیک با حیوانات پرندگان و فضولات آنها اجتناب کرده واز ورود آنها به منزل جلوگیری کنید. فرش و موکت ها را با جارو برقی تمیز کنید. در هنگام خواب از ملحفه های کاملا نخی پنبه ای استفاده کرده و هر 7-4روز یکبار آنها را با آب گرم بشویید. از استعمال سیگار و قلیان و مکان هایی که دود آنها وجود دارد خودداری کنید. هنگام حضور در هوای سرد دهان و بینی خود را کاملا با یک پارچه یا شال بپوشانید -جهت انجام مشاوره و مراقبتهای پرستاری می تواند با واحد های مراقبت در منزل -منادیان سلامت (09127314611)تماس حاصل فرمایید		
پیگیری های مراجعه به پزشک در صورت داشتن علائم زیر حتما به بیمارستان مراجعه نمایید: ✓ بروز تنگی نفس شدید ویا عدم توانایی در نفس کشیدن و احساس قطع تنفس ✓ سرفه های طولانی ، پیوسته شدیدپشت سر هم همراه با خروج خلط زیاد یا غلیظ ✓ گرفتگی و سفت شدن عضلات گردن هنگام تنفس ✓ سردرد یا سرگیجه و رنگ پریدگی و تعریق شدید ✓ کبودی و رنگ پریدگی انتهای انگشتان و ناخن ها ✓ تورم زبان،حلق و گلو ویا تورم اطراف چشم ها و دستها و پا ها ✓ ضعف و بیحالی ویا کاهش سطح هوشیاری ✓ بروز ضایعات پوستی و خارش دار و دردناک ✓ تب و لرز و تهوع و استفراغ		
شماره تماس بیمارستان: 02335225120الی 28 واحد آموزش سلامت: 2073 آدرس سایت بیمارستان: velayathos.semums.ac.ir جهت دسترسی به مطالب آموزشی مربوط به بیماری خود با اسکن بارکد، وارد سایت آموزش به بیمار ،بیمارستان ولایت شوید 		