

کد: CT-09-95 تاریخ ابلاغ: 1404/11/15 تاریخ بازنگری: 1405/11/01	کارت آموزش پس از ترخیص بیمار مراقبت از بیمار پنومونی	 دانشگاه علوم پزشکی سمنان بیمارستان ولایت دامغان واحد آموزش سلامت
از مواد غذایی پر پروتئین (گوشت، تخم مرغ، لبنیات، حبوبات...) پر کربو هیدرات (نان، غلات، سیب زمینی و...) و سرشار از ویتامین (میوه و سبزیجات) استفاده نمائید روزانه 3-2 لیتر مایع که به رقیق شدن و خروج ترشحات ریه کمک می کند مصرف کنید و اگر به علت بیماری کلیوی یا قلبی ممنوعیت مصرف مایعات دارید از بخور برای مرطوب کردن هوای تنفسی استفاده نمائید		تغذیه
✓ دوره درمان را کامل نمائید و آنتی بیوتیک تجویز شده در ساعت مقرر استفاده کنید و در صورت تحریک معده دارو را همراه شیر یا غذا میل کنید. در صورت فراموش کردن یک دوز دارو در عرض 8 ساعت میتوانید دارو را مصرف کنید در غیر این صورت دوز بعدی را در ساعت مقرر استفاده نمائید و دوز دارو را دو برابر نکنید		دارو
-ممکن است چندین هفته طول بکشد تا نیروی معمولی را به دست آورید لذا از فعالیت زیاد خودداری نمائید و بین فعالیت ها بطور متناوب استراحت نمائید -جهت بهبود الگوی تنفسی می توانید در حالت ایستاده یا نشسته کمی به جلو خم شوید و تنفس را با لب های غنچه انجام دهید با خم شدن به جلو بطور خودکار بجای تنفس با عضلات فرعی، تنفس دیافراگمی خواهید داشت -حرکتهایی مانند سیگار و گرد و غبار اجتناب نمائید و از استرس که موجب افزایش نیاز به اکسیژن می شود پرهیز نمائید -جهت انجام مشاوره و مراقبتهای پرستاری می تواند با واحد های مراقبت در منزل -منادیان سلامت (09127314611) تماس حاصل فرمایید		مراقبت های پزشکی و پرستاری در منزل (فعالیت ها، محدودیتها و روشهای پیشگیرانه)
در صورت داشتن علائم زیر حتما به بیمارستان مراجعه نمایید: ✓ در صورت تشدید علائم و تنگی نفس مراجعه بعدی داشته باشد		پیگیری های مراجعه به پزشک
شماره تماس بیمارستان: 02335225120 الی 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 		