



دانشگاه علوم پزشکی سمنان

بیمارستان ولایت دامغان
واحد آموزش سلامت

کارت آموزش پس از ترخیص بیمار

آسم در کودکان

کد : CT-09-10

تاریخ ابلاغ: 1404/11/15

تاریخ بازنگری: 1405/11/15

تغذیه

- 1-امگا ۳ یکی از بهترین رژیم های غذایی در کودکان مبتلا به آسم(تن ماهی و ماهی سالمون و سایر ماهی هایی که در آب های سرد زندگی می کنند به وفور یافت می شود. غذاهایی مانند بذرکتان، فندق و گردو نیز حاوی مقداری امگا ۳ هستند)
- 2-برای مدیریت تغذیه در آسم کودکان سلنیوم نقش مهمی دارد:
مرغ، غذاهای دریایی، گوشت، سیر، پیاز و فلفل دلمه ای غنی از سلنیوم هستند
- 3-در رژیم غذایی کودکان مبتلا به آسم به نقش ویتامین ها توجه کنید

دارو

اسپری ها و داروها را طبق دستور و سر ساعت استفاده کنید.

مراقبت های پزشکی و پرستاری در منزل
(فعالیت ها، محدودیت ها و روش های پیشگیرانه)

- 1-بررسی قسمت های مختلف منزل از نظر آلودگی - تمیز نگه داشتن ملحفه ها - اجتناب از نگهداری کردن حیوانات خانگی
- 2-استفاده از دستمال های نخی بدون پرز
- 3-استفاده از اسباب بازیهای خاص:
برای مراقبت و پرستاری آسم در کودکان باید اسباب بازی هایی که در اختیار کودک قرار بدهد که کودک نسبت به آن ها حساسیت نداشته باشد
- 4- همراه داشتن اسپری های مخصوص آسم
- 5-دور نگه داشتن کودک از دود و دخانبات- در جریان هوای سرد نباشید
جهت انجام مشاوره و مراقبت های پرستاری میتوان با واحد مراقبت در منزل منادیان سلامت (09127314611) تماس حاصل فرمایید.

اطلاع رسانی و اعلام نتایج تست های پاراکلینیک
بیمار

برای پیگیری جواب آزمایشات پس از تماس و اطمینان از آماده شدن جواب آزمایش به بخش بستری مراجعه نمایید 0

پیگیری های پس از ترخیص و مکان و زمان مراجعه
به پزشک

- در صورت داشتن علائم زیر حتما به بیمارستان مراجعه نمایید:
- ✓ چه زمانی باید به پزشک مراجعه کرد؟
 - ✓ در صورت مشکوک شدن به آسم، کودک خود را نزد پزشک ببرید. درمان زود هنگام به کنترل علائم و احتمالاً پیشگیری از حملات آسم کمک می کند. اگر متوجه هر یک از موارد زیر شدید با پزشک فرزندتان وقت ملاقات بگیرید:
 - ✓ سرفه ای که ثابت است، متناوب است یا به نظر می رسد با فعالیت بدنی مرتبط باشد
 - ✓ هنگامی که کودک شما نفس خود را بیرون می دهد صدای خس خس یا سوت مانند به گوش می رسد
 - ✓ تنگی نفس یا تنفس سریع
 - ✓ شکایت از تنگی قفسه سینه
 - ✓ دوره های مکرر برونشیت یا ذات الریه مشکوک
- در اولین نوبت مراجعه به پزشک در درمانگاه یا مطب جواب آزمایش ، خلاصه پرونده و کارت ترخیص را همراه داشته باشید 0

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

