

کد: CT-09-106 تاریخ ابلاغ: 1404/11/14 تاریخ بازنگری: 1405/11/15	کارت آموزش پس از ترخیص بیمار آمبولی ریه Pulmonary embolism	 دانشگاه علوم پزشکی سمنان بیمارستان ولایت دامغان واحد آموزش سلامت
	1- پروتئین های بدون چربی مانند مرغ و ماهی و غلات کامل مانند جو استفاده کنید. 2- مصرف سیرا فراموش نکنید. 3- سبزیجات و میوه های تازه ی تازه مانند سیب مصرف کنید. 4- غذاهای پراز ویتامین K مانند کلم بروکلی و سبزیجات برگ سبز استفاده کنید. 5- استفاده از روغن های گیاهی مثل روغن زیتون و آفتابگردان و سویا	تغذیه
	1- داروهای ضد انعقاد به صورت تزریقی و خوراکی 2- در موارد حادثه برداشتن لخته توسط پزشک که از طریق یک لوله نازک و منعطف از میان رگ های شما هدایت می شود.	دارو
	1- از مصرف دخانیات بشدت پرهیز شود 2- پرهیز از بی حرکتی طولانی مدت 3- در دو هفته اول بعد از بیماری ورزش و حرکات بدنی شدید توصیه نمی شود. 4- سایر افراد خانواده بایستی از محل داروهای شما اطلاع داشته باشند و از ریختن قرص های مختلف در یک ظرف خودداری کنید. 5- در منزل کپسول اکسیژن داشته باشید و از اکسیژن کمکی استفاده کنید. 6- تا حد امکان از استرس و اضطراب دوری کنید . 7- برقراری رابطه جنسی بعد از دو هفته از آمبولی ریه بلامانع است. 8- به دلیل مصرف قرص های رقیق کننده اگر کار شما با وسایل و ابزارهای تیزوبرنده است با پزشک خود مشورت کنید 9- 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)
	برای پیگیری جواب آزمایشات پس از تماس و اطمینان از آماده شدن جواب آزمایش به بخش بستری مراجعه نمایید در صورت انجام اسکن تهویه - پرفیوژن عکس هایی گرفته می شود که جواب آن را از رادیولوژی پیگیری نمایید.	اطلاع رسانی و اعلام نتایج تست های پاراکلینیک بیمار
	در صورت داشتن علائم زیر حتما به بیمارستان مراجعه نمایید: ✓ درد شدید در حین نفس کشیدن و یا به زور نفس کشیدن ✓ سرفه و بالا آوردن خون در حین سرفه کردن ✓ ضریان قلب بالا و شدید ✓ نفس زدن و تنگی نفس یا سخت نفس کشیدن ✓ انجام آزمایش دی دایمر ✓	پیگیری های پس از ترخیص و مکان و زمان مراجعه به پزشک
شماره تماس بیمارستان: 02335225120 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		

