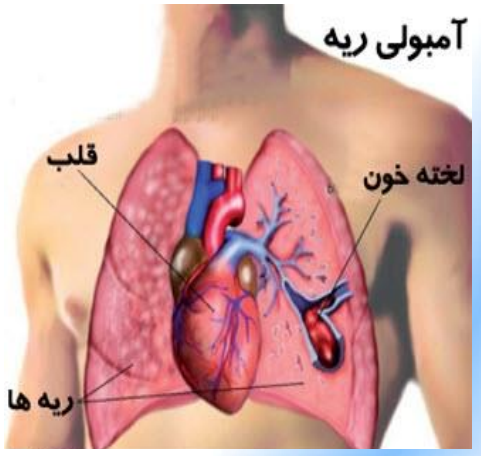
QMS-PM-ED-004-00: کد سند

آمبولی ریه

گروه هدف: بیمار و همراهان



تهیه کننده : گروه آموزش به بیمار

بیمارستان امام جعفر صادق (ع)الیگودرز

بهار 1405

شماره تماس :066-43323092-4

داخلی: 1035

راههای به حداقل رساندن خطر خونریزی زمانی که با ضد انعقاد درمان می شوید :

- استفاده از ریش تراش برقی به جای تیغ – نخ دندان و مسواک نرم
- اجتناب از گذاشتن مواد تیز در دهان مانند خلال دندان
- با پای برهنه قدم نزنید .
- ناخن ها را به دقت بچینید.
- از موقعیت هایی که موجب آسیب می شود اجتناب کنید مانند ورزش های تماسی
- با فشار فین نکنید.
- از زور زدن هنگام دفع مدفوع خود داری کنید .

علائمی که باید فوراً به پزشک اطلاع داد

- حساسیت ، ورم و یا درد اندام تحتانی
- درد ناگهانی قفسه سینه
- کوتاهی نفسها و یا افزایش در تعداد آن
- تشدید اضطراب یا بی قراری
- سرفه همراه با خلط خونی یا رگه های خون در خلط
- خونریزی غیر معمول
- تب.

منبع:

کتاب پرستاری برونر- سودارث 2018

- ✓ اجتناب از نشستن یا ایستادن در یک وضعیت برای مدت طولانی
- ✓ زمانی که ناگزیر از نشستن طولانی مدت هستید مانند سفر با هواپیما یا خودرو ، هر چند وقت یکبار قدم بزنید یا حداقل انگشتان پا را خم و راست کرده و پاهای خود را حرکت دهید.
- ✓ اجتناب از روی هم انداختن پاها و دراز کشیدن یا نشستن با قرار دادن چند بالش زیر زانوها
- ✓ تمرینات منظم مانند شنا
- ✓ قدم زدن - دو چرخه سواری – بالا بردن پاها به طور دوره ای به خصوص زمانی که می نشینید .
- ✓ حفظ وزن ایده آل بدن نسبت به سن ، قد و استخوان بندی
- ✓ سیگار کشیدن و استفاده از استروژن یا قرص های جلوگیری از حاملگی خطر تشکیل ترومبوز مجدد را افزایش می دهد .
- ✓ مصرف دارو طبق دستور پزشک که بسیار مهم است.
- ✓ سایر دارو های تجویز شده بدون نسخه ایی را که مصرف می کنید به پزشک اطلاع دهید .

آمبولی

واژه آمبولی به معنی انسداد شریان به وسیله یک جسم متحرک است . این جسم متحرک به طور معمول یک لخته خون است ، اما گاهی اوقات یک توده چربی ، یک حباب هوا ، تکه ای از یک تومور یا دسته ای از باکتری ها است . این جسم متحرک به یک رگ خونی واقع در ریه وارد شده ، در آنجا گیر افتاده و مانع از جریان خون می شود.

علائم نشانه های آمبولی چیست ؟

-تنگی نفس ناگهانی

-اضطراب

-سرفه تولید کننده خلط خونی یا حاوی رگه های خون

-تعریق شدید

-افزایش ضربان قلب

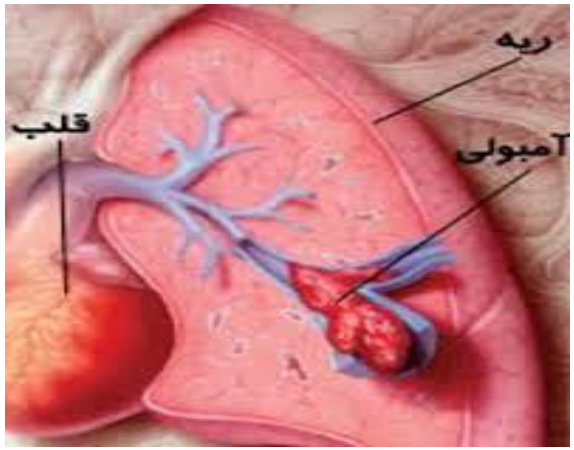
دقت کنید که علائم و نشانه های ناشی از انسداد ، به اندازه جسم متحرک و سلامت دستگاه قلبی - ریوی بستگی دارد .

آمبولی ریه چه خطری دارد ؟

آمبولی ریه در 10 درصد از بیماران ، در عرض چند ساعت منجر به مرگ می شود اگر فرد زنده بماند و تحت تشخیص و درمان صحیح قرار گیرد ، پیامد آن خوب خواهد بود و در صورت نداشتن بیماری جدی ، در عرض تنها چند هفته به سلامت طبیعی باز می گردد.

عوامل خطر

عمل جراحی ، بستری شدن طولانی مدت یا عدم تحرک ، سکته مغزی ، حمله قلبی ، چاقی و شکستگی لگن یا استخوان ران خطر آمبولی ریه را افزایش می دهد .



درمان

پزشک شما داروهای ضد انعقاد را برای پیشگیری از ایجاد لخته های بیشتر یا بزرگتر شدن لخته موجود تجویز می کند. در ابتدا به صورت داخل سیاهرگی تجویز می شود که اغلب همرا ه با آن وارفارین خوراکی نیز داده می شود.

راههای کاهش خطر تشکیل مجدد ترومبوز و آمبولی ریوی

- ✓ پس از هر نوع جراحی ، برای پیشگیری از تشکیل لخته ، پزشک شما را تشویق می کند که در اولین فرصت ممکن از جا بر خاسته و قدم بزنید و یا خودتان و یا فرد دیگری ،اندام های تحتانی شما را ورزش دهد.
- ✓ اگر قادر به حرکت نیستید اندام های تحتانی خود را بالا قرار دهید و جوراب واریس بپوشید.
- ✓ اجتناب از پوشیدن لباس تنگ مانند کمربند ، جوراب خیلی تنگ