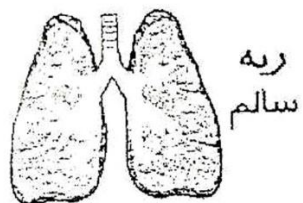


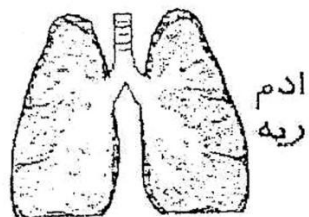
مرکز آموزشی - درمانی

شهدای هفتم تیر

آموزش به بیماران مبتلا به ادم ریه



ریه
سالم



ادم
ریه

تهیه و تنظیم: واحد آموزش بیمار

سایت بیمارستان:

WWW.HOSPHT.IUMS.AC.IR

55237260

شماره های تماس:

55228581 - 4

داخلی - 331

تاریخ تهیه: فروردین 98

تاریخ بازنگری: مهر 99

تاریخ ابلاغ: اردیبهشت 98

فرد تأیید کننده: دکتر مهتاب

کد: p-c-005

ادم ریه چیست

ادم ریه تجمع غیر طبیعی مایع، در فضای بین بافتی ویا در
الو نو لهای ریه میباشد
مهمترین عوامل ایجاد
بیماریهای قلبی از قبیل: فشار خون نارسایی قلبی وسکته
قلبی وهمچنین سن بالای 60 سال واسترس، حمله قلبی اخیر
، چاقی، استعمال دخانیات وخستگی زیاد

درمان:

شامل کاهش نمک رژیم غذایی، ترک استعمال دخانیات، حفظ
وزن در حد مطلوب استراحت کافی ومصرف داروهای
مربوطه

تظاهرات بالینی در شروع بیماری را بشناسید

- حملات شبانه با افزایش بیقراری، اضطراب ونگرانی
- احساس خفگی
- سرد و مرطوب شدن دستها
- تنفس صدا دار و مرطوب
- سیانوزشدید، ناخن و پوست
- نبض تند وضعیف
- سرفه های مداوم ویبوسته همراه با خلط
- نفس نفس زدن شدید همراه خسی خسی سینه
- تنفس سریع، رنگ پریدگی وتعریق وافت فشار خون

توصیه های لازم:

در صورت انجام فعالیت ورزشی حرفه ای با پزشک خود
مشورت کنند
جهت رانندگی از هفته 4-8 به بعد اجازه رانندگی دارید
اگر قصد رانندگی طولانی دارد پس از یک ساعت رانندگی
چند دقیقه مداوم توقف کرده استراحت کرده وقدم بزنید
سپس مجددا رانندگی کنید

حمام کردن معمولا 5 تا 10 روز پس از شروع بیماری وبا توجه
به وضعیت بیمار وبادستور پزشک انجام شود
زمان حمام کردن از 15-20 دقیقه تجاوز نکند

تغذیه:

بیماران قلبی باید از غذاهای کم نمک وبدون چربی کم کالری
استفاده نمایند

پس از مصرف غذا 15 الی 30 دقیقه استراحت کنید
از پر خوری وتعجیل در غذا خوردن پرهیز کنند
مصرف نوشیدنی های حاوی کافیین به علت تاثیر روی ضربان
وفشار خون باید محدود شود
غذاهایی که بهتر است مصرف شوند:

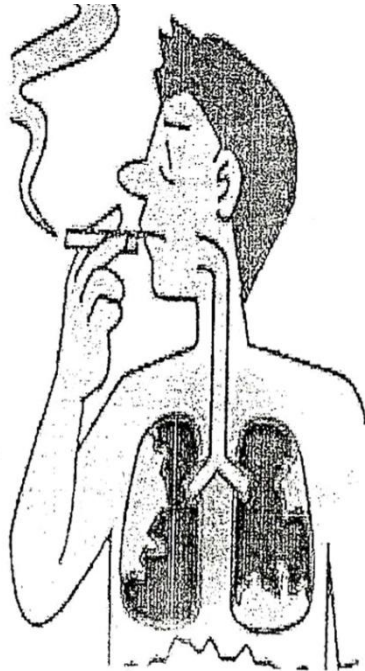
جو: محافظ قلب است بطور کلی غلات کلسترول (چربی) را
در درون معده به خود جذب میکنند اجازه نمی دهند وارد
خون شوند

روزانه مصرف یک فنجان نیم جو در کاهش چربی خون موثر
است انواع لوبیا (سبز، قرمز، چشم بلبلی) باقلا، سیب
،عدس، کلابی، آلو بخارا، جوانه کلم بروکلی اثرات فوق را
دارند

ماهی: دارای مقادیر بالایی اسید چرب بنام اومگا3 است که
چربی را کاهش میدهد

بیماران قلبی باید فعالیت های بدنی را تعدیل کنند واز

فعالیت هایی که سبب درد سینه تنگی نفس وخستگی می شود
خودداری کنند



از استعمال دخانیات جدا پرهیز نمایید

--	--	--