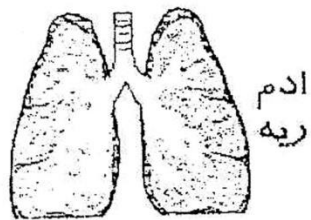
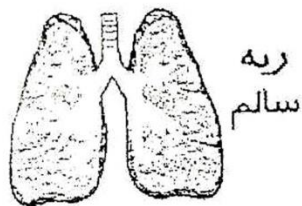


بیمارستان شهدای هفتم تیر

آموزش به بیماران مبتلا به ادم ریه



تهیه و تنظیم: واحد آموزش ارتقای سلامت
بیمارستان شهدای هفتم تیر

سایت بیمارستان:

WWW.HOSPHT.IUMS.AC.IR

شماره های تماس:

۵۵۲۲۸۵۸۱-۴

داخلی- ۳۳۱

تاریخ تهیه: فروردین 96

تاریخ بازنگری: شهریور ۱۴۰۳

فرد تأیید کننده: دکتر مهتاب

کد: Pa-HPT-06

لازم بذکرست واحد آموزش ارتقای سلامت در ایام عادی هفته از ۸:۳۰-۱۳ صبح و واحد پرستار پیگیر در ایام عادی هفته از ۸:۳۰-۱۳ و روزهای شنبه و سه شنبه از ساعت ۱۵-۱۸ پاسخگوی سوالات درمانی از بدو ورود به بیمارستان - بدو ورود به بخش - حین بستری و ترخیص و بعد از ترخیص شما میباشد.
۵۵۲۳۷۲۶۰ خط مستقیم
۹۴- ۵۵۲۲۸۵۹۳- داخلی ۳۳۱
سوپروایزر آموزش ارتقای سلامت: خانم

کا هه

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 نا رسایی قلبی وسکته
قلبی وهمچنین سن بالای ۶۰ سال و استرس، 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 ومرطوب شدن دستها
- تنفس صدا دار ومرطوب
- سیانوزشدید، ناخن وپوست
- نبض تند وضعیف
- سرفه های مداوم وپیوسته همراه با خلط
- نفیس نفس زدن شدید همراه خس خس سینه
- تنفس سریع، رنگ پریدگی وتعریق وافت فشار خون

توصیه های لازم:

در صورت انجام فعالیت ورزشی حرفه ای با پزشک خود
مشورت کنید
جهت رانندگی از هفته ۴-۸ 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 ۵ تا ۱۰ روز پس از شروع بیماری وبا توجه
به وضعیت بیمار وبادستور پزشک انجام شود
زمان حمام کردن از ۱۵-۲۰ دقیقه تجاوز نکند

تغذیه:

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

پس از مصرف غذا ۱۵ الی ۳۰ دقیقه استراحت کنید

از پر خوری وتعجیل در غذا خوردن پرهیز کنند

مصرف نوشیدنی های حاوی کافیین به علت تأثیر 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

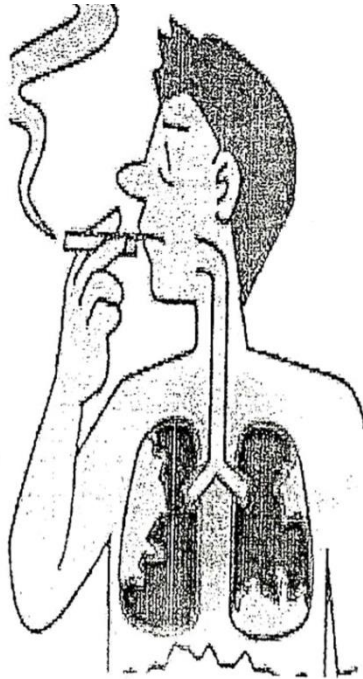
روزانه مصرف یک فنجان نیم جو در کاهش چربی خون موثر
است انواع لوبیا (سبز، قرمز، چشم بلبلی) باقلا، سیب

،عدس، گلابی، آلو بخارا، جوانه کلم بروکلی اثرات فوق را
دارند

ماهی: دارای مقادیر بالایی اسید چرب بنام اومگا ۳ است که
چربی را کاهش میدهد

بیماران قلبی باید فعالیتهای بدنی را تعدیل کنند واز

فعالتهایی که سبب درد سینه تنگی نفس وخستگی می شود
خوداری کنند



از استعمال دخانیات جدا پرهیز نمایید