

در واقع به وجود لخته خون یا چربی در سرخرگ‌های ریه و بافت شش گفته می‌شود. این لخته‌ها معمولاً از قسمت دیگری از بدن، (معمولاً ساق پا یا دست) از طریق جریان خون به راه می‌افتند و در عروق خونی ریه جای می‌گیرند. وجود لخته‌های خونی، شایع‌ترین دلیل آمبولی ریه هستند. هرچیزی که وارد جریان خون شده و در عروق ریوی کوچک‌تر جا خوش کند، مثل چربی مغز استخوان شکسته، بخشی از تومور یا بافت‌ها، یا حباب هوا می‌تواند آمبولی ریه باشد.

آموزش بدو ورود

- تمامی سوالات خود در مورد مراقبت از بیماران در منزل در طول بستری در بخش را از پرستار بپرسید.
- دستبند مشخصات جهت شناسایی شما می‌باشد، لذا خواهشمند است تا زمان ترخیص آن را در مچ دست خود نگه دارید و هنگام ترخیص توسط پرستار بخش از دست شما خارج خواهد شد در غیر این صورت به پرستار اطلاع دهید.
- بهداشت فردی خود را در طول بستری رعایت نموده و دست‌های خود را مرتب بشویید.
- زباله‌های عادی خود را در سطل زباله آبی رنگ رها کنید.
- وسایل مربوط به پانسمان و سرم شما زباله عفونی محسوب می‌شود و باید در سطل زباله زرد رها شود.
- در صورت نیاز به پرستار از زنگ احضار که بالای سر شما نصب گردیده است استفاده نمایید.
- نرده‌های کنار تخت را جهت جلوگیری از سقوط بالا نگه دارید.
- در صورت داشتن سابقه بیماری و سابقه حساسیت (دارویی، غذایی) پرستار و پزشک معالج را در جریان قرار دهید.
- در صورتی که بیماری خاصی دارید و تحت درمان هستید به پزشک و پرستار خود اطلاع دهید، زیرا ممکن است نیاز باشد داروهای شما قطع شده و داروهای جدید جایگزین شود.

- مدارک قبلی خود را به همراه داشته باشید تا پزشک بتواند در مورد درمان شما تصمیم درست بگیرد.

آموزش حین بستری

رژیم غذایی:

- طبق دستور پزشک، به علت شرایط حاد نباید هیچ ماده خوراکی را از طریق دهان مصرف کنید. تزریق وریدی مایعات، نیاز تغذیه‌ای شما را برآورده می‌کند.
- در صورت برطرف شدن علائم حاد، طبق دستور پزشک رژیم غذایی برای شما شروع می‌شود.
- حداقل ۶ یا ۸ لیوان آب در روز بنوشید.

فعالیت:

- تا هنگام برطرف شدن علائم التهابی ناشی از لخته شدن خون استراحت مطلق در تخت را رعایت کنید و در طی استراحت در بستر اندام‌های تحتانی را به طور مکرر حرکت دهید تا به حرکت و جریان خون کمک کنید.

مراقبت:

- جهت تسهیل تنفس، سر تخت را بالا برده و به صورت نیمه نشسته در بستر استراحت نمایید.
- جهت تسهیل تنفس و برطرف شدن تنگی نفس، اکسیژن برای شما کار گذاشته شده است. در صورت بروز و یا تغییر علائم پرستار را مطلع نموده و از ایجاد تغییر در روند اکسیژن‌رسانی خودداری ننمایید.
- سعی کنید سرفه کنید و تنفس عمیق داشته باشید.
- در حالت نشسته استراحت کنید و در هنگام تنفس سر خود را به وسیله چند بالش بالا بیاورید و همچنین زیر پای خود، یک بالش بگذارید.
- از بانداژ الاستیک (جوراب مخصوص) استفاده کنید و طبق دستور پزشک هر ۳ ساعت ۲۰ دقیقه بانداژ را باز نمایید.

- از نشستن به حالتی که ساق‌ها یا مچ پاها را روی یکدیگر بیندازد خودداری کنید.
- هنگام نشستن طولانی‌مدت طوری بنشینید که پاها بالاتر از ران‌ها قرار گیرند.
- به دلیل استفاده از داروهای ضد انعقادی از دستکاری سرم و ارتباط خودداری کنید.
- از مسواک نرم استفاده کنید (مصرف داروهای ضد انعقادی آسیب به لثه‌ها، خونریزی و عوارض عفونت و... را در پی خواهد داشت).
- ممکن است جهت دفع ادرار سونداژ شوید، از کشیدگی و قرار دادن کیسه ادراری در سطح بدن جهت پیشگیری از عفونت ادراری خودداری نمایید.
- جهت اندازه‌گیری سطح داروهای ضد انعقادی در خون و فاکتورهای انعقادی به طور مکرر از شما آزمایشات انعقادی گرفته خواهد شد.
- برای کنترل دقیق وضعیت شما ممکن است از تجهیزات الکترونیکی که به وسیله سیم و رابط به شما متصل می‌شود استفاده گردد، لذا از دستکاری و جدا نمودن آنها از خود اجتناب نمایید.
- در صورت بروز درد در عضله ساق پا (به صورتی که وقتی انگشت شصت پا را به سمت عقب می‌کشید درد عضله ساق پا تشدید شود)، تورم قسمت پائین پا، تورم قوزک پا، افزایش رنگدانه، زخم شدن سریعاً به پزشک اطلاع دهید.
- در صورت بروز تنگی نفس، افزایش تعداد تنفس، درد قفسه سینه (به خصوص در هنگام تنفس عمیق)، سرفه و خروج خون، سرفه خشک آزاردهنده (در صورت مشکل زمینه‌ای قلبی - ریوی)، تپش قلب و خستگی به پزشک گزارش دهید.
- فشرده‌گی قفسه سینه، خونریزی از لثه، خونریزی از بینی، خونریزی از هموروئید، دفع مدفوع سیاه و قیری رنگ را سریعاً به پزشک خود گزارش دهید.

- برای جلوگیری از بروز مجدد بیماری از استراحت طولانی مدت در بستر در طی بیماری خودداری کنید.
- در طی سفر هر ۲-۱ ساعت مدتی ایستاده و راه بروید.

- به دلیل اینکه خونریزی عارضه داروهای ضد انعقاد است باید مرتب طبق برنامه زمانبندی شده توسط پزشک، جهت انجام تست‌های زمان انعقاد به پزشک مراجعه کنید.
- در هنگام مصرف داروهای ضد انعقاد مراقب کبودی و خونریزی باشید و خود را در مقابل سقوط که باعث کبودی و خونریزی می‌شود حفظ کنید.
- مصرف سیگار را قطع کنید، زیرا اثرات داروها را کاهش می‌دهد. (به خصوص در خانم‌های ۳۵ سال به بالا که قرص ضد بارداری مصرف می‌کنند)
- آقایان از ریش تراش برقی به جای تیغ استفاده کنند. (به جهت مصرف داروهای رقیق‌کننده خون و احتمال ایجاد زخم و عوارض آن)
- از جراحی‌های غیر ضروری اجتناب کنید.
- دستبند یا کارت مشخصات که مصرف داروهای ضد انعقاد در آن ثبت شده باشد همراه داشته باشید.
- در طول مسافرت مایعات کافی بنوشید تا از غلظت خون جلوگیری شود.
- از چاقی پیشگیری کنید.
- خانم‌ها برای جلوگیری از بارداری از روش‌های غیر هورمونی استفاده کنند.
- از مشورت با افراد غیر پزشک خودداری کنید.
- در هنگام استراحت پاها را به صورت دوره‌ای بالاتر از سطح قلب قرار دهید و در هنگام نشستن پاها را روی هم نیندازید.

- قبل از مصرف هر داروی جدید شیمیایی و حتی گیاهی پزشک خود را مطلع کنید به این دلیل که داروهای زیادی وجود دارند که با عمل داروهای ضد انعقاد تداخل می‌کنند.
- قبل از انجام هر گونه اقدام پزشکی یا دندانپزشکی، پزشک مربوطه را در جریان مصرف داروهای خود قرار دهید.
- ضد انعقادهای خوراکی ممکن است به مدت ۶ ماه یا بیشتر لازم باشند هر روز زمان مشخصی مثلا بین ۸ تا ۹ صبح مصرف کنید.

دارو:

- داروهای ضد انعقادی جهت حل کردن لخته و جلوگیری از ایجاد دوباره آن به صورت خوراکی به شما داده خواهد شد.
- در هنگام مصرف داروهای ضد انعقاد از داروهای آسپرین، ویتامین K، داروهای مسهل استفاده نکنید و از تزریق عضلانی و زیر جلدی خودداری کنید.
- از مصرف بیش از حد ملین‌ها (خوراکی و یا دارویی) اجتناب کنید، زیرا جذب ویتامین K را تحت تاثیر قرار می‌دهد.

آموزش سلامت:

- از مصرف نوشیدنی‌های حاوی الکل بپرهیزید.
- از استعمال دخانیات بپرهیزید.
- از استرس و اضطراب دوری نمایید.
- تغذیه سالم داشته باشید و از اضافه وزن بپرهیزید.

علائم هشدار

- در صورت وجود درد قفسه سینه، طپش قلب، تنفس تند، سرفه، مدفوع سیاه و قیری رنگ، استفراغ و سردرد به اورژانس بیمارستان مراجعه نمایید.

آموزش خودمراقبتی بیماران مبتلا به

آمبولی ریه

Pulmonary embolism



واحد آموزش بیمار

مرکز آموزشی درمانی کامکار عرب نیا

دی ماه ۱۴۰۲

بازنگری: -

کد: CCU-PE-PF-02