



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی خراسان رضوی

بیمارستان شهید کلمیاب

هموتوراکس



آنچه بیمار بایستی بداند:

هموتوراکس: هموتوراکس به تجمع خون در حفره جنب (حفره بین لایه های اطراف ریه) می گویند.

علل ایجاد هموتوراکس: تصادفات- زمین خوردگی- وقوع جراحات نافذ در قفسه سینه- ضربه های شدید به قفسه سینه

علائم هموتوراکس: درد قفسه سینه به ویژه در زمان تنفس- سردی و رنگ پریدگی یا خیس شدن پوست- افزایش ضربان قلب- سختی در نفس کشیدن- تنگی نفس- تغییر در صدای دق در سمت مبتلا- از بین رفتن صداهای تنفسی در سمت مبتلا- کاهش فشار خون- علائم شوک

عوارض هموتوراکس: خوابیدن ریه ها روی همدیگر- شوک - عفونت لایه های اطراف ریه- عفونت خون- مشکلات تنفسی- زخم بستر به دلیل بی حرکتی

درمان هموتوراکس: بستری- استراحت- دارو درمانی- خارج نمودن خون از قفسه سینه

تغذیه:

- ✓ در صورت نداشتن تهوع بعد از اجازه پزشک می توانید مایعات را آغاز نمایید. در صورت تحمل در مرحله بعد می توانید غذای جامد مصرف نمایید.
- ✓ از رژیم غذایی نرم و سبک در وعده های متعدد و حجم کم رژیم خود را آغاز نمایید.
- ✓ در صورت استفاده از گوشت سفید مانند: مرغ و ماهی پوست آن را قبل از پخت جدا نمایید. توصیه می شود حداقل هفته ای دو بار ماهی مصرف نمایید.
- ✓ سعی کنید روزانه از سبزیجات و میوه جات تازه به مقدار زیاد استفاده نمایید.
- ✓ مواد غذایی سرشار از پروتئین های گیاهی مانند (عدس، سویا، نان گندم، غلات، حبوبات، مغزها یا گردو و بادام) مصرف نمایید.
- ✓ می بایست روزانه ۸-۱۲ لیوان مایعات مصرف نمایید تا دچار یبوست نشوید .
- ✓ از مصرف الکل و نوشیدنی های کافیین دار و دخانیات خودداری نمایید.

فعالیت:

- تا زمانی که پزشک اجازه نداده است از بستر خارج نشوید.
- از حمام کردن با آب داغ خودداری نمایید.
- در صورت اجازه حرکت از سوی پزشک ، از وضعیت خوابیده به نشسته یا ایستاده و یا از حالت نشسته به ایستاده آرام تغییر وضعیت دهید تا دچار سرگیجه و سیاهی رفتن چشم و غش نشوید. اگر احساس سرگیجه و غش نمودید بلافاصله بشینید.
- ورزش های منظم هوازی را انجام دهید.
- با استفاده از روش های آرام سازی مانند مدیتیشن و یوگا استرس زندگیتان را کاهش دهید و کنترل نمایید.
- بهتر است به آرامی میزان فعالیت را افزایش دهید.





هموتوراکس

➤ فعالیت هایی را که سبب سفتی عضلات می شوند را انجام ندهید. فعالیت های ایزومتریک که فشار زیادی به قلب وارد می کنند مانند زور زدن هنگام اجابت مزاج، کشیدن یا بلند کردن اجسام سنگین خودداری شود. زیرا باعث افزایش خونریزی می شود.

مراقبت از زخم:

- ✚ معمولاً تعویض پانسمان به صورت روزانه است. می بایست دستان خود را با آب و صابون شسته و ضد عفونی نمایید. سپس با بتادین و سرم شستشو زخم را تمیز و ضد عفونی نمایید. سپس پانسمان نمایید.
- ✚ هیچ ماده ای روی زخم نزنید.
- ✚ بعد از اجازه پزشک ۳-۵ روز بعد از عمل می توانید استحمام نمایید. بلافاصله بعد از حمام زخم را خشک و ضد عفونی و پانسمان نمایید. استفاده از وان و استخر تا ۳ ماه ممنوع می باشد.
- ✚ بخیه ها یا گیره های زخم به طور کامل در مدت ۷-۱۴ روز بعد از عمل با اجازه پزشک خارج می شود.

داروها:

- پاسخ افراد به داروها متفاوت است ممکن است مدتی طول بکشد تا پزشک با تجویز داروهای مختلف بهترین دارو را برای کنترل بیماری بیاید.
- برای پیشگیری از تداخل دارویی با داروهای هموتوراکس جهت مصرف هر نوع دارو با پزشک خود مشورت نمایید.
- دوره های درمانی را حتی بعد از بهبودی کامل ادامه دهید.
- از قطع ناگهانی دارو ها خودداری نمایید.
- مصرف داروها طبق دستور پزشک و مراجعه منظم در زمان تعیین شده و قبل از اتمام داروها
- داروهای خود را به دلیل حفظ سطح خونی در ساعت مقرر استفاده نمایید.

سایر مراقبت ها:

- ✓ از ایجاد هیجانات روحی و فشار های عصبی جلوگیری نمایید.
- ✓ جهت پیشگیری از بروز عفونت ریه به دلیل بی حرکتی بهتر است در طول روز چندین مرتبه سرفه موثر داشته باشید.
- ✓ پوست را به طور مداوم از نظر بروز زخم بستر بررسی نمایید. بهتر است از تشک مواج برای بیمار استفاده شود.
- ✓ اگر لوله قفسه سینه دارید از دستکاری سرم و لوله ها بپرهیزید. لوله ها پایین تر از سطح بدن قرار بگیرند.
- ✓ سطح مایع درون ظرف شیشه ای با تنفس شما بالا و پایین می شود. در صورت عدم وجود این مورد بلافاصله به پزشک اطلاع دهید.
- ✓ در صورت داشتن خونریزی از لوله ها و رابط و قفسه سینه به پزشک اطلاع دهید.

در صورت بروز علائم زیر بلافاصله به پزشک مراجعه نمایید:

تب کنترل نشده- ترشح عفونی از محل زخم- سرفه یا درد شدید حین تنفس- افت شدید فشار خون و افزایش تعداد ضربان- کبودی بستر ناخن ها

جهت پیگیری و سوالات خود می توانید با کلینیک پرستاری خود مراقبتی به شماره ۰۵۱۳۸۰۴۶۱۵۹ تماس حاصل نمایید.
سایت بیمارستان : <http://h-kamyab.mums.ac.ir>

با اسکن بارکد، از مطالب آموزشی سایت بیمارستان استفاده نمایید.



کد پمفلت: SUR/9/1	سال تهیه: 1401
گروه هدف: بیماران	بازنگری: 1404