



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی خراسان رضوی

بیمارستان شهید کلبیاب

پنوموتوراکس



آنچه بیمار بایستی بداند:

پنوموتوراکس: ریه توسط پرده ای به نام جنب محافظت می شود که دارای دو لایه و یک فضای جنب می باشد. لایه جنب احشایی به ریه چسبیده است و لایه جنب جداری به استخوان قفسه سینه چسبیده است. فضای جنب که بین دو لایه پرده جنب قرار دارد حاوی ۲-۵ سی سی مایع است. زمانی که هوای آزاد بر اثر عواملی بین دو لایه جنب نفوذ نماید موجب روی هم افتادن قسمتی از ریه یا همه آن می گردد که به آن پنوموتوراکس می نامند.

علل ایجاد پنوموتوراکس: علل ناشناخته- پاره شدن کیسه های هوایی کوچک در ریه در اثر آسم- بیماری مزمن ریه- استعمال دخانیات- حوادث ورزشی- غواصی- پرواز در ارتفاعات- سرطان ها- عفونت ها

علائم پنوموتوراکس: 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 پنوموتوراکس: درد خنجر قفسه سینه- افزایش تعداد تنفس- کوتاهی نفس- سرفه خشک و تک تک- افزایش ضربان قلب- تعریق- اضطراب

درمان پنوموتوراکس: بستری- استراحت- دارو درمانی- خارج نمودن هوا از قفسه سینه با لوله

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 کافئین دار و دخانیات خودداری نمایید. بهبودی را با تاخیر مواجه می کند.

فعالیت:

- تا زمانی که پزشک اجازه نداده است از بستر خارج نشوید.
- در روزهای ابتدایی در حالت نشسته راحت تنفس می کنید.
- 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.
- تا دو هفته استراحت داشته باشید و از انجام ورزش خودداری نمایید. بعد از آن با اجازه پزشک می توانید ورزش های سبک انجام دهید. بین فعالیت کمی استراحت داشته باشید. بهتر است به آرامی میزان فعالیت را افزایش دهید.
- از حضور در اماکن شلوغ و پر رفت و آمد و عمومی دوری کنید.
- از عطر و ادکلن تا زمانی که پزشک اجازه نداده است استفاده نکنید.

پنوموتوراکس





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 پنوموتوراکس جهت مصرف هر نوع دارو با پزشک خود مشورت نمایید.
- دوره های درمانی را حتی بعد از بهبودی کامل ادامه دهید.
- مصرف داروها طبق دستور پزشک و مراجعه منظم در زمان تعیین شده و قبل از اتمام داروها

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 و تنفس عمیق داشته باشید.
- ✓ جهت پیشگیری از بروز زخم بستر می بایست هر دو ساعت تغییر وضعیت 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. مواظب باشید تا لوله ها دو لا نشود. خلا و پایین تر از سطح بدن فرد باشد.
- ✓ 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.
- ✓ از بلند صحبت کردن، فریاد زدن، خندیدن یا آواز خواندن در روزهای ابتدایی بپرهیزید.

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- تنگی نفس یا سختی در تنفس

جهت پیگیری و سوالات خود می توانید با کلینیک پرستاری خود مراقبتی به شماره ۰۵۱۳۸۰۲۶۱۵۹ تماس حاصل نمایید.
سایت بیمارستان : <http://h-kamyab.mums.ac.ir>

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



کد پمفلت: SUR /10/1	سال تهیه: 1401
گروه هدف: بیماران	بازنگری: 1404

