

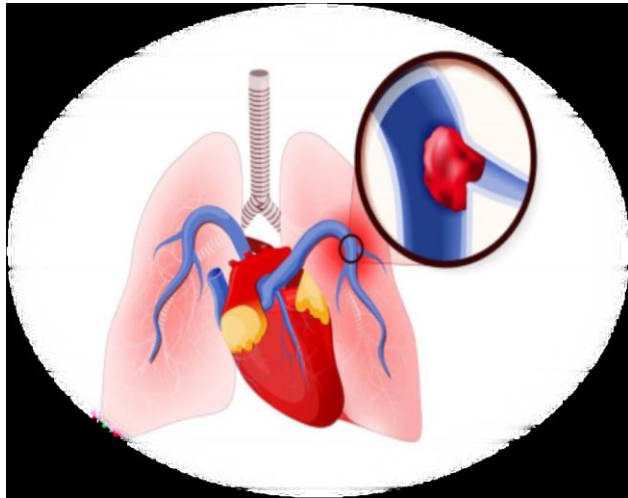


دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی آذربایجان

بیمارستان امام خمینی (ره) شهرستان نقده

## آمبولی ریه

ویژه بیماران و همراهان



واحد آموزش سلامت

بهار ۱۴۰۴

کارگروه آموزش به بیمار بخش داخلی

کدسند: EH-MN/Pat Edu Pam/۰۰۰۰۰۶

## علائمی که باید فوراً به پزشک اطلاع داد:

- حساسیت، تورم و درد اندام تحتانی
- درد ناگهانی قفسه سینه
- افزایش در تعداد تنفس
- کوتاهی نفسها
- تشدید اضطراب یا بی قراری فتب
- سرفه همراه با خلط خونی یا رگه های خون در خلط
- خونریزی غیر معمول

منبع: پرستاری برونر - سودارت

شماره تماس: ۰۴۴۳۵۶۶۱۸۲۰

شماره داخلی ۱۴۴۶

جهت دریافت  
فایل می توانید  
بارکد را با تلفن  
همراه خود اسکن  
نمایید



- در صورت بروز خونریزی از لثه، خلط خونی، خون در ادرار، مدفوع قرمز یا قیری رنگ، خونریزی وقاعدگی شدید، کبودی شدید پوست، تب و لرز، خستگی، زخم گلو، تهوع و استفراغ و شکم درد به پزشک مراجعه نمایید.
- در صورت ایجاد بریدگی در دست و پا، اندام را بالاتر از سطح قلب قرار دهید و به مدت ۱۰ دقیقه آن را فشار دهید.
- در صورت مصرف وارفارین، مصرف غذاهای پرچرب و سرشار از ویتامین کا مانند کلم، پیاز، کاهو، اسفناج، شلغم، ماهی و جگر را محدود کنید، زیرا در جذب وارفارین تداخل ایجاد می کند.
- از مصرف خودسرانه داروهایی مانند آسپرین، آنتی اسید، مسهل ها، آنتی بیوتیک ها و داروهای سرما خوردگی و ضدبارداری خوراکی که اثر وارفارین را کاهش می دهند، بدون تجویز پزشک خودداری کنید.
- با پای برهنه قدم نزنید.
- ناخن ها را با بدقت بچینید
- استفاده از ریش تراش برقی به جای تیغ
- استفاده از مسواک نرم
- اجتناب از گذاشتن مواد تیز در دهان مانند خلال دندان
- از زور زدن هنگام دفع مدفوع خودداری کنید.

## رژیم غذایی

- مصرف مایعات به میزان کافی توصیه می شود
- از مصرف غذاهای شور و چرب خودداری کنید.
- به منظور سلامت پوست مواد غذایی سرشار از پروتئین مانند عدس، سویا، نان گندم، غلات، حبوبات، مغزها و... غذاهای حاوی ویتامین ب مثل شیر، حبوبات و گوشت و ویتامین ث مثل مرکبات، توت فرنگی، گوجه فرنگی و انواع میوه جات و سبزیجات تازه توصیه می شود.

## آمبولی ریه

این بیماری در اثر مسدود شدن شاخه ای از سرخرگ های ریه به وسیله لخته ایجاد می شود. لخته از رگهای دیگر بدن حرکت کرده و در رگهای کوچکتر گیر میکند.

### عوامل ایجاد کننده :

- جراحی
- شیمی درمانی
- کاهش فعالیت و بی حرکتی طولانی مدت
- چاقی
- شکستگی
- بارداری
- دود سیگار در ایجاد لخته در رگها نقش دارد

### علائم بیماری :

- تنگی نفس
- افزایش تعداد تنفس
- افزایش ضربان قلب
- خلط خونی
- اضطراب
- سنکوپ و تعریق

### نکات آموزشی:

- در چند روز اول بیماری نیاز به استراحت دارید.
- جهت کاهش درد قفسه سینه و بهتر شدن تنفس در وضعیت نیمه نشسته قرار بگیرید.
- از ایستادن، نشستن و یا بی حرکتی طولانی مدت پرهیز کنید و هر ۲ ساعت حرکات ورزشی مثل تکان دادن پاها و انگشتان را انجام دهید.
- در صورتی که شما قادر به انجام حرکات ورزشی نیستید در صورت اجازه پزشک، حرکات ورزشی توسط فرد دیگری روی پاهای شما انجام شود.

## دارو درمانی:

- رقیق کننده های خون (ضدانعقاد ها)
- این داروها از بزرگ شدن لخته های موجود و تشکیل لخته های جدید در حالی که بدن برای شکستن لخته ها کار می کند، جلوگیری می کند.
- هپارین یک ضدانعقاد است که می تواند از طریق ورید یا زیر پوست تزریق شود.
- این دارو به سرعت عمل می کند و اغلب برای چند روز با یک ضدانعقاد خوراکی مانند وارفارین هم پوشانی می شود تا زمان اثر بخشی آن روزها طول بکشد.
- داروهای ضدانعقاد خوراکی جدید تر سریعتر عمل کرده و تداخلات کمتری با سایر داروها دارند.
- برخی از آنها مزیت را دارند که به صورت خوراکی بدون نیاز به همپوشانی با هپارین تجویز می شوند.
- با این حال، همه داروهای ضد انعقاد دارای عوارض جانبی هستند و خونریزی شایع ترین آنهاست.
- داروهای تجویز شده (وارفارین، ریوارکسابان یا آکسابین) را طبق دستور پزشک مصرف کنید و آزمایشات خونی را در فواصل منظم طبق دستور پزشک اطلاع دهید. بهتر است ریوارکسابان یا آکسابین را بعد از غذا مصرف نمایید



- از ماساژ دادن شدید پاها خودداری کنید.
  - در هنگام استراحت پاها را ۳۰ درجه بالاتر از سطح بدن قرار دهید.
  - بالش زیر پاهای قرار داده و سعی کنید پاها از مفصل ران و زانو خم نشوند.
  - از پوشیدن لباسهای تنگ، کمر بند، جوراب دارای کش تنگ خودداری نمایید واز جوراب های الاستیک استفاده کنید.
  - در هنگام مسافرت از نشستن طولانی مدت در ماشین خودداری نمایید و مرتب وضعیت بدن را تغییر دهید.
  - برنامه منظم پیاده روی داشته باشید واز انجام فعالیت زیاد خودداری کنید.
  - در روز چندین بار تنفس عمیق انجام داده و سرفه های موثر انجام دهید.
  - در صورت بروز تنگی نفس شدید، درد شدید قفسه سینه، سرفه و دفع خلط خونی حتما به پزشک مراجعه نمایید.
  - پاهایتان را روزانه بررسی کنید و در صورت تورم ساق پا و یا ایجاد درد در عضلات ساق پا (بعد از خم کردن پا به طرف عقب و یا تغییر رنگ و قرمزی پا) به پزشک مراجعه نمایید.
- درمان :

از داروهای ضدانعقاد تزریقی جهت حل شدن لخته و یا کوچک کردن لخته استفاده می شود و بعد از آن داروهای خوراکی به مدت ۳ تا ۶ ماه ادامه می یابد.

استفاده از مسکن ها و اکسیژن نیز در بهبود علائم بیماری کمک کننده است.