



# دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین بستری

## آنسفالیت

همکار محترم پرستاری بیمارستان با توجه به دستورالعمل جامع خودمراقبتی و آموزش بیمار، الزامی است آموزش بیمار حین بستری و ترخیص **آنسفالیت** طبق این دستورالعمل و حداقل محتوای زیر انجام گیرد.

### ❖ درد

✓ در صورت داشتن درد (سر درد و درد عضلات و...) به پرستار اطلاع داده تا طبق تجویز پزشک اقدامات لازم جهت تسکین درد شما را انجام دهد.

### ❖ رژیم غذایی و تغذیه

✓ در مرحله حاد بیماری طبق دستور پزشک ناشتا باشید و تزریق وریدی مایعات، نیاز تغذیه‌ای شما را تا حدودی برآورده می‌کند.

✓ ابتدا از مایعات و آب میوه طبیعی استفاده کنید.

✓ از مصرف مایعات شیرین پرهیز کنید.

✓ از وعده‌های کم حجم و مکرر در طول روز استفاده کنید.

### ❖ فعالیت

✓ در مراحل حاد بیماری بایستی در تخت استراحت داشته باشید البته تدریجاً هر چقدر که قدرت و احساس سلامتی‌تان اجازه داد فعالیت را با اجازه پرستار شروع کنید.

✓ برای خروج از بستر، ابتدا مدتی در لبه تخت نشسته و پاها را آویزان نمایید، در صورت نداشتن سرگیجه، تاری دید و... با کمک تیم مراقبتی راه بروید.

✓ در روزهای اول باید در تختی با نرده‌های حفاظتی و در اتاقی با نور کم و مجزا استراحت کنید.

✓ برای جلوگیری از یبوست و به حداقل رساندن خطر افزایش فشار جمجمه ناشی از زور زدن موقع اجابت مزاج، یک ملین ملایم یا نرم کننده مدفوع طبق دستور پزشک برای شما تجویز می‌شود.

✓ با توجه به احتمال افزایش فشار مغز (ICP افزایش) سر بیمار باید ۳۰ درجه بالاتر از بدن قرار گیرد.

### ❖ مراقبت

✓ جهت پیشگیری از عفونت‌های تنفسی، تنفس عمیق و سرفه انجام دهید، در صورت لزوم فیزیوتراپی قفسه سینه جهت خروج ترشحات انجام می‌شود.

✓ جهت کاهش اضطراب در اتاق آرام و تاریک استراحت کنید و تا جای ممکن محدودیت ملاقات داشته باشید.

✓ برای کمک به جلوگیری از ترومبوز آمبولی وریدی از جوراب‌های الاستیک برای شما استفاده می‌شود.

✓ بهداشت دهان و دندان را رعایت کنید.

✓ برای بررسی عملکرد کلیه آزمایش کراتینین سرم و نیترژن اوره خون انجام خواهد شد.

✓ در صورت داشتن تنگی نفس اطلاع دهید.

### ❖ دارو

✓ داروهای شما آنتی بیوتیک، کورتیکواستروئید و ضد تب و تشنج می‌باشد که طبق دستور پزشک در زمان‌های معین توسط پرستار برای شما تجویز می‌شود.

✓ مهمترین داروی آنسفالیت آسیکلویر به نوعی ضد ویروس می‌باشد که حین مصرف آن باید از حجم کافی مایعات ورودی، میزان ادرار، اوره خون و آنزیم‌های کبدی مطمئن شد.



# دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین ترخیص

## انسفالیت

### ❖ رژیم غذایی و تغذیه

- ✓ از رژیم حاوی قند و مواد شیرین زیاد پرهیز کنید ولی از مایعات فراوان استفاده کنید.
- ✓ بهتر است از غذاهای پُرانرژی و پُر پروتئین استفاده کنید.

### ❖ فعالیت

- ✓ جهت پیشگیری از عفونت‌های تنفسی، تنفس عمیق و سرفه انجام دهید، فیزیوتراپی قفسه سینه، ورزش‌های هوازی مثل پیاده روی انجام دهید و تحرک داشته باشید.
- ✓ فعالیت‌هایی را انتخاب کنید که قسمت اعظم انرژی آنها در مدت زمان کوتاهی صرف می‌شود. در نظر گرفتن دوره‌های استراحت مکرر بین فعالیت‌ها مهم است.
- ✓ تا بهبودی کامل از رانندگی پرهیز کنید.

### ❖ مراقبت

- ✓ فاز حاد به طور معمول ۱-۲ هفته طول می‌کشد. تب و علائم به تدریج یا به طور ناگهانی ناپدید می‌شوند.
- ✓ اگر در نواحی پرخطر به سر می‌برید، از مواد دافع حشرات و توری جهت جلوگیری از گزش حشره استفاده کنید.
- ✓ در صورت بروز مشکلات گفتاری و شناختی با گفتاردرمان و کاردرمان مشاوره کنید.
- ✓ برای کنترل تب از تب‌بر و بدنشویه استفاده کنید.
- ✓ برای سردرد از مسکن‌های خفیف استفاده کنید و در اتاقی با نور کم و بدون سرو صدا و آرام استراحت کنید.
- ✓ شستن دست‌ها قبل و بعد از قرار گرفتن در معرض افراد آلوده و استفاده از دستشویی الزامی است.
- ✓ از تماس با افراد مبتلا به بیماری عفونی اجتناب کنید.

### ❖ دارو

- ✓ در صورتی که دچار خونریزی، خستگی، گرگرفتگی، بی‌حالی و خارش شدید، بلافاصله پزشکتان را مطلع سازید زیرا احتمال دارد دچار عوارض دارویی شده باشید.
- ✓ در صورت بروز تب، لرز و دردهای بدنی شدید پزشک معالج را مطلع سازید زیرا احتمال دارد دچار عوارض دارویی شده باشید.
- ✓ آنتی بیوتیک و سایر داروهای ضد ویروسی را به موقع و دوره کامل آنها را مصرف کنید.

### ❖ زمان مراجعه بعدی

- ✓ نشانه‌های اضطراری: در صورت از دست دادن هوشیاری، پاسخ ضعیف به سوالات، بی‌حسی، کما، ضعف عضلات و یا فلج و تشنج، سردرد شدید، تغییر ناگهانی در عملکرد ذهنی (خلق و خو، از دست دادن حافظه کوتاه مدت و بلند مدت و وجود هرگونه عفونت در بدن سریعاً به بیمارستان و یا اورژانس مراجعه نمایید.
- ✓ در زمان تعیین شده توسط پزشک حتماً به بیمارستان یا پزشک معالج مراجعه نمایید.