



دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین بستری

تومور ویلمز

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

❖ رژیم غذایی و تغذیه

- ✓ برای کودک شما برنامه غذایی مناسب، متعادل و متنوع با هدف تأمین نیاز روزانه به انرژی و مواد مغذی توسط متخصص تغذیه تنظیم می‌گردد به گونه‌ای که در آن از تمام گروه‌های اصلی غذایی در وعده‌ها استفاده شود.
- ✓ جهت پیشگیری از کاهش وزن و لاغری مفرط مخصوصاً در کسانی که با مشکل بی اشتها بی روبرو هستند بهتر است تعداد وعده های غذایی به ۶ تا ۸ وعده در روز افزایش یابد و در هر وعده، در حجم کم از غذاهای مقوی و مغذی استفاده شود.
- ✓ برای افزایش انرژی دریافتی روزانه در بیماران لاغر، می‌توانید از مقدار متعادلی مواد غذایی پر کالری مثل کره، خامه، ماست و شیر پرچرب، انواع روغن‌های مایع مناسب (روغن زیتون، کانولا، آفتابگردان و...) (مغزها و دانه‌ها) پسته، بادام، گردو، کنجد و...) در وعده های غذایی با نظر پزشک استفاده کنید.
- ✓ اگر کودک تهوع و استفراغ دارد از دادن هر نوع خوراکی خودداری کنید و به پرستار خود اطلاع دهید تا طبق نظر پزشک دارو و سرم شروع شود.

❖ فعالیت

- ✓ برای خارج شدن از تخت ابتدا کودک را لبه تخت نشانده و پاهای او را از لبه تخت آویزان کنید. در صورت نداشتن سرگیجه و تاری دید و ... می‌تواند از تخت خارج شود. دقت کنید حتما پرستار بخش را در زمان خارج کردن کودک از تخت مطلع فرمایید تا در کنار شما باشد.

❖ مراقبت

- ✓ از دستکاری سرم‌ها و رابط‌های متصل به کودک خود خودداری کنید.
- ✓ داروها طبق تجویز پزشک و در فواصل مشخص توسط پرستار به کودک شما داده خواهد شد.
- ✓ با تیم مراقبتی در زمان انجام اقدامات تشخیصی و درمانی همکاری نمایید.
- ✓ در صورت مشاهده خونریزی از اندام‌های بدن و یا در ادرار به پرستار خود اطلاع دهید.
- ✓ در زمان خارج کردن برانول از داخل رگ محل خروج را تا چند دقیقه فشار دهید تا خونریزی نکند.
- ✓ مواظب باشید در زمان خواب و استراحت برانول یا لوله سرم از دست کودک شما خارج نشود.
- ✓ ممکن است روزانه از کودک شما خونگیری شود.
- ✓ از دادن خودسرانه داروها و بدون اجازه پزشک خودداری نمایید.
- ✓ در مورد انتخاب روش‌های درمانی با پزشک مشورت نمایید.



دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین ترخیص

تومور ویلمز

❖ رژیم غذایی و تغذیه

- ✓ جهت پیشگیری از یبوست از رژیم پرفیبر (میوه ها و سبزیجات) حاوی سبوس و مایعات فراوان استفاده کنید.
- ✓ این بیماران برای پیشرفت بهبودی، بدست آوردن توان، قدرت و وزن سالم نیاز به کالری و پروتئین کافی دارند.
- ✓ پزشک و متخصص تغذیه می توانند درمورد روش های حفظ تغذیه سالم توصیه های لازم را داشته باشند.
- ✓ فراموش نکنید که تهیه انواع غذاهای مورد علاقه، در افزایش میل بیماران به خوردن موثر می باشد.
- ✓ دریافت مقدار کافی پروتئین در بازسازی عضلات، استخوان ها، پوست، خون و تقویت سیستم ایمنی بیمار نقش موثر دارد. از بهترین منابع پروتئین می توان به گوشت قرمز بی چربی، مرغ، ماهی، تخم مرغ، شیر و لبنیات، حبوبات، مغزها و دانه ها اشاره کرد.
- ✓ برای تأمین ویتامین ها و مواد معدنی مورد نیاز بدن استفاده از انواع میوه، آبمیوه های طبیعی و سبزی های تازه و متنوع توصیه می شود.

❖ فعالیت

محدودیتی در انجام هر گونه فعالیتی وجود ندارد. کودک می تواند در حد توان خود فعال باشد.

❖ مراقبت

- ✓ اگر عمل جراحی انجام شده، مراقب زخم ناحیه عمل باشید و به صورت استریل آن را پانسمان نمایید.
- ✓ در زمان مشخص شده جهت پی گیری درمان به پزشک مراجعه نمایید.
- ✓ داروهای تجویز شده را در زمان مشخص شده توسط پزشک به کودک بدهید خودسرانه آن را قطع نکنید.
- ✓ عوارض ناشی از شیمی درمانی و پرتو درمانی موجب برخی مشکلات در بیمار شما می شود که با رعایت نکات زیر و توصیه آن به کودک خود می توانید این عوارض را کاهش دهید:
- به منظور پیشگیری از بروز زخم های دهانی و بهبود زخم های ایجاد شده، از خوردن غذا های تند و داغ خودداری کنید.
- غذای سرد شده (هم دمای هوای اتاق) مصرف کنید.
- سعی کنید در طی روز دهان خود را با نوشیدن آب مرطوب نگاه دارید.
- شستشوی زخم های دهانی با آب نمک نیز بسیار مفید است.
- مایعات مصرفی را یک ساعت قبل از غذا و یا بعد از غذا میل کنید و همراه با غذا مایعات ننوشید.
- مایعات را به مقدار کم ولی مکرر بنوشید.
- به آرامی بنوشید و غذا بخورید.
- به جای دو یا سه بار در روز، مقدار کم ولی مکرر غذا بخورید. (۷ یا ۶ بار)
- برخی از بیماران در وعده صبحانه اشتهای بهتری دارند. این افراد باید در این زمان غذای بیشتری بخورند.
- اگر تمایل زیادی به خوردن ندارید غذای اصلی را در ابتدای روز میل کنید و غذاهای مایع را دیرتر بخورید.
- اگر اشتهای کافی ندارید و فقط یک یا دو نوع ماده غذایی را می توانید میل کنید، تا زمانی که بتوانید سایر غذاها را نیز به راحتی میل کنید همانها را مصرف کنید.
- برای دریافت پروتئین و کالری زیاد از غذاهای پرکالری و پروتئین مایع استفاده کنید.

❖ زمان مراجعه بعدی

- ✓ اگر کودک شما علائم تومور ویلمز را داشته باشد. علائم از قبیل: یبوست، درد، ورم یا احساس ناراحتی در شکم، حالت تهوع و استفراغ، از دست دادن اشتها، تب، فشار خون بالا، سردرد، مشاهده خون در ادرار و رشد غیر یکسان یک سمت از بدن.
- ✓ اگر در طول درمان موارد زیر ایجاد شود: استفراغ، درد شکم یا یبوست، تنگی نفس، تورم پا یا مچ پا.
- ✓ اگر علائم جدید و غیر قابل توجه ایجاد شوند. (داروهای مورد استفاده در درمان ممکن است عوارض جانبی ایجاد کنند)