



دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین بستری

سندرم دیسترس تنفسی کودکان

همکار محترم پرستاری بیمارستان با توجه به دستورالعمل جامع خودمراقبتی و آموزش بیمار، الزامی است آموزش بیمار حین بستری و تریخیص **سندرم دیسترس تنفسی کودکان** طبق این دستورالعمل و حداقل محتوای زیر انجام گیرد.

❖ تغذیه و تغذیه

- ✓ در صورت مشکل بلع یا تهوع و استفراغ و یا دیسترس تنفسی شدید، موقتاً تغذیه از راه دهان قطع و تا بهبودی علائم مایعات وریدی جایگزین آن می‌شود.
- ✓ پس از شروع رژیم توسط پزشک به کودک اجازه دهید که رژیم غذایی در حد تحمل و مورد علاقه خود را داشته باشد.
- ✓ پس از شروع رژیم به کودک مایعات فراوان دهید تا ترشحات رقیق شود.

❖ فعالیت

- ✓ تا هنگام فروکش کردن تب، استراحت در بستر ضروری است. پس از آن می‌تواند فعالیت‌های طبیعی را به تدریج از سرگیرد.
- ✓ انجام فعالیت‌ها متناسب با سطح تحمل و سن کودک باشد به طوری که با استراحت کودک تداخل ننماید.

❖ مراقبت

- ✓ بررسی‌های تشخیصی ممکن است شامل کشت خلط، آزمایش‌های خون و عکس ساده قفسه سینه باشد.
- ✓ در صورت تجویز اکسیژن درمانی، همکاری لازم را داشته باشید.
- ✓ برای اینکه کودک یک پوزیشن راحت‌تر داشته باشد سر تخت را بالا ببرید. انجام فیزیوتراپی قفسه سینه در حد تحمل برای کودک انجام می‌شود.
- ✓ تغییر پوزیشن دوره‌ای کودک برای بهبود ترشح برونش و بهبود اتساع و تهویه تمام نواحی ریه باید انجام شود، از یک طرف به طرف دیگر و از جلو به عقب.
- ✓ کودک را تشویق به تخلیه خلط کنید.
- ✓ جهت تخفیف درد سینه می‌توان از یک بالشک ساده یا کمپرس گرم بر روی قفسه سینه استفاده کنید.
- ✓ محیطی آرام برای کودک فراهم آوردید.
- ✓ رعایت بهداشت فردی مانند شست و شوی مرتب دست و صورت و اجتناب از تماس با افراد مبتلا به عفونت‌های تنفسی، بهترین راه پیشگیری از ابتلا به بیماری تنفسی است.

❖ داروها

- ✓ اکسیژن درمانی، طبق دستور پزشک توسط پرستار تجویز می‌شود. از قطع خودسرانه آن اجتناب نمایید.
- ✓ داروهای آنتی بیوتیک (جهت از بین بردن عفونت‌ها)، گشاد کننده ریه‌ها (جهت برطرف شدن تنگی نفس)، کورتیکواستروئیدها (از بین بردن التهاب) و سرم (از بین بردن کم آبی و تزریق داروها) طبق دستور پزشک در فواصل و زمان‌های تعیین شده توسط پرستار به کودک داده می‌شود و از شما انتظار می‌رود با آن‌ها همکاری کنید.



دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین ترخیص

سندرم دیسترس تنفسی کودکان

❖ رژیم غذایی و تغذیه

- ✓ تغذیه مناسب بخصوص در کودکان عامل مهمی در پیشگیری از عفونت‌های ریه است. بهتر است از غذاهایی مانند سوپ، آش، فرنی و ... که احتیاج به جویدن ندارند، استفاده کنید.
- ✓ در طول درمان و تا حصول بهبودی کامل از دادن مواد غذایی همچون موز، شیرینی و شکلات، آجیل ودانه‌های روغنی که باعث تحریک سرفه و افزایش درد قفسه سینه می‌شوند، خودداری کنید.
- ✓ از مصرف غذاهای سرخ کرده، پر ادویه و محرک برای کودک خودداری کنید.
- ✓ به کودک اجازه دهید رژیم غذایی در حد تحمل و مورد علاقه خود را داشته باشد و مایعات کافی مصرف نماید.

❖ فعالیت

- ✓ بهتر است از فعالیت‌های بیشتر از توان کودک جلوگیری شود.
- ✓ با نظر پزشک برنامه‌ی فعالیت بدنی کودک را تنظیم کنید.

❖ مراقبت

- ✓ با توصیه‌ی پزشک تمرینات کمک تنفسی (بازتوانی تنفسی) کودک را دنبال کنید.
- ✓ هنگام استراحت کودک را در وضعیت نیمه نشسته قرار دهید تا در تنفس راحت‌تر باشد.
- ✓ با استفاده از یک دستگاه مرطوب کننده هوا با بخار و بخور گرم رطوبت کافی را برای تنفس راحت‌تر کودک را فراهم کنید.
- ✓ به طور مکرر در تخت وضعیت کودک را تغییر دهید.
- ✓ رعایت بهداشت فردی مانند شست و شوی مرتب دست و صورت و اجتناب از تماس با افراد مبتلا به عفونت‌های تنفسی، بهترین راه پیشگیری از ابتلا به بیماری تنفسی است.
- ✓ محیط استراحت کودک را تمیز کنید.
- ✓ از فعالیت‌هایی که باعث تشدید علائم (تنگی نفس و ...) کودک می‌شود، جلوگیری کنید.
- ✓ به بهداشت فردی کودک (شستن دست، مسواک زدن و ...) را جهت جلوگیری از عفونت‌های ناشی از عملکرد ضعیف سیستم ایمنی توجه کنید.

❖ دارو

- ✓ داروهای تجویز شده توسط پزشک را طبق دستور مصرف کنید.

❖ زمان مناسب مراجعه به پزشک یا بیمارستان

- ✓ سرفه‌های شدید و مشکل در تنفس و سیاه شدن لب‌ها
- ✓ عدم تحمل غذا توسط کودک
- ✓ سایر موارد نگران کننده