



دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین بستری

سپسیس در بزرگسالان

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

❖ سپسیس (عفونت خون) در بزرگسالان

✓ سپسیس واکنش شدید بدن نسبت به عفونت است. عفونت عامل ایجاد این بیماری ممکن است از نوع باکتری، ویروس یا قارچ باشد. سپسیس یک وضعیت اورژانسی تلقی می شود که ممکن است منجر به شوک و در نتیجه افت شدید فشارخون و در نتیجه متوقف شدن سیستم ایمنی و ارگان های بدن شود.

❖ درمان

✓ این وضعیت در بیمارستان تحت درمان قرار می گیرد. بر اساس عامل ایجاد کننده عفونت ممکن است به بیمار داروهای آنتی بیوتیک، ضد ویروس یا ضد قارچ داده شود.

❖ اقدامات درمانی

- ✓ ممکن است از طریق ایجاد خط تزریق درون وریدی، به بیمار مایعات و داروهای لازم داده شود
- ✓ دستگاه کمک تنفس برای بیمار قرار داده شود.
- ✓ خون بیمار با استفاده از دیالیز، تصفیه شود
- ✓ به منظور خارج کردن عامل عفونت ممکن است جراحی روی بیمار انجام گیرد.

❖ مراقبت

- ✓ از دستکاری سرم ها و رابط های متصل به خودداری کنید.
- ✓ داروها طبق تجویز پزشک و در فواصل مشخص توسط پرستار به شما داده خواهد شد.
- ✓ با تیم مراقبتی در زمان انجام اقدامات تشخیصی و درمانی همکاری نمایید.
- ✓ مواظب باشید در زمان خواب و استراحت برانول یا لوله سرم از دست شما خارج نشود.
- ✓ ممکن است روزانه از شما خونگیری شود.
- ✓ از مصرف خودسرانه داروها و بدون اجازه پزشک خودداری نمایید.



دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین ترخیص

سپسیس در بزرگسالان

❖ رژیم غذایی و تغذیه

- ✓ به منظور انتخاب رژیم غذایی مناسب خود، با پزشک یا کارشناس تغذیه مشورت کنید.
- ✓ از رژیم غذایی سالم و متعادل سرشار از مواد مغذی، سبزیجات و میوه ها استفاده کنید.
- ✓ مصرف مواد غذایی سرشار از ویتامین C مانند مرکبات، سبزیجات و سایر مواد غذایی حاوی این ویتامین را در رژیم غذایی خود افزایش دهید.
- ✓ در طول روز به میزان کافی آب بنوشید.
- ✓ از مصرف نوشیدنی های الکلی اجتناب کنید.
- ✓ مصرف نوشیدنی های حاوی کافئین را محدود کنید.

❖ فعالیت

- ✓ به میزان کافی استراحت کنید و به تدریج سعی کنید امور شخصیتان را خودتان انجام دهید.
- ✓ در صورت توان و با نظر پزشک پیاده روی کنید.
- ✓ از نشستن به مدت طولانی در یک موقعیت خودداری کنید و در فواصل کار بلند شوید و قدم بزنید.
- ✓ با انجام فیزیوتراپی و تمرینات توصیه شده توسط پزشک، قدرت عضلاتتان را افزایش دهید.

❖ مراقبت

- ✓ با نظر پزشک، به طور منظم واکسن های پیشگیری از عفونت ها را بزنید.
- ✓ دستان خود را به طور مرتب با آب و صابون بشویید.
- ✓ با انجام تمرینات آرامش بخش و یوگا، استرس هایتان را کنترل کنید
- ✓ خود را با انجام تفریحات لذت بخش، سرگرم کنید.
- ✓ از مسواک نرم برای شستشوی دندان ها استفاده کنید و روش مسواک زدن را افقی انجام دهید بهتر است از خمیر دندان فلوراید دار جهت جلوگیری از پوسیدگی دندانها استفاده کنید.
- ✓ خواب و استراحت کافی و منظم داشته باشید.
- ✓ اتاق محل استراحتتان تا حد ممکن ساکت و تاریک باشد.
- ✓ از خوردن غذای سنگین پیش از خواب اجتناب کنید.
- ✓ داروهای تجویز شده توسط پزشکتان را به طور منظم و دقیق مصرف کنید.
- ✓ جلسات معاینه و ملاقات با پزشکتان را به طور دقیق پیگیری کنید.
- ✓ در صورت استعمال دخانیات آن را ترک کنید و در کنار فردی که در حال سیگار کشیدن است قرار نگیرید.
- ✓ با اعضاء خانواده تان درباره وضعیتتان صحبت کنید و از کمک آن ها استفاده نمائید.

❖ موارد مراجعه به پزشک یا بیمارستان

- ✓ تب بالا
- ✓ تندی یا کندی ضربان قلب
- ✓ مشکلات تنفسی
- ✓ توهم و گیجی شدید درد شدید و گرفتگی عضلات
- ✓ عدم بهبود وضعیت با مصرف دارو
- ✓ اختلال در خواب، تمرکز، سرگیجه و عدم کنترل تعادل بدن
- ✓ سایر موارد نگران کننده و اورژانسی