



دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین بستری

فلج اطفال

همکار محترم پرستاری بیمارستان با توجه به دستورالعمل جامع خودمراقبتی و آموزش بیمار، الزامی است آموزش بیمار حین بستری و تریخیص

فلج اطفال طبق این دستورالعمل و حداقل محتوای زیر انجام گیرد.

❖ رژیم غذایی

- ✓ 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 بی‌اشتهایی روبرو هستند بهتر است تعداد وعده‌های 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، می‌توان از مقدار متعادلی مواد غذایی پر کالری مثل کره، خامه، ماست و شیر پرچربی، انواع روغن‌های مایع مناسب (روغن زیتون، کانولا، آفتابگردان و...)، مغزها و دانه‌ها (پسته، بادام، گردو، کنجد و...) در وعده‌های غذایی با نظر پزشک استفاده کرد.
- ✓ 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

- ✓ در صورت وجود علائمی نظیر تب بهتر است بیمار در تخت استراحت نماید.

❖ مراقبت

- ✓ از دستکاری سرم‌ها و رابط‌های متصل به خود، خودداری کنید.
- ✓ داروها طبق تجویز پزشک و در فواصل مشخص توسط پرستار برای کودک شما اجرا خواهد شد.
- ✓ با تیم مراقبتی در زمان انجام اقدامات تشخیصی و درمانی همکاری نمایید.
- ✓ 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، بدون اجازه پزشک خودداری نمایید.
- ✓ در مورد انتخاب روش‌های درمانی با پزشک مشورت نمایید.



دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین ترخیص

فلج اطفال

❖ رژیم غذایی

- ✓ مطمئن باشید که فرزندتان یک رژیم غذایی متعادل خواهد داشت مصرف پروتئین‌ها که در گوشت، پنیر و لوبیا موجود است و با کربوهیدرات‌هایی که در سیب زمینی و نان موجود است و با سبوس، چربی‌های کره، روغن‌ها، ویتامین‌ها و مواد معدنی موجود در میوه‌ها و سبزیجات و مقدار زیادی مایعات مفید است.
- ✓ کودکان کم وزن می‌توانند از میان وعده‌های بیشتری نسبت به سه وعده معمول در روز استفاده کنند.
- ✓ این کودکان معمولاً از مشکل یبوست رنج برده و معمولاً نسبت به سن خود هم کوتاه قد ترند و هم کم وزنند. پس مایعات فراوان داده شود.

❖ فعالیت

- ✓ بیمارانی که علائم عفونت غیرفلجی دارند باید تحت درمان علامتی با مسکن‌ها قرار گرفته و در صورت لزوم تا قطع تب در رختخواب استراحت کرده و از ورزش سخت تا چند هفته و هرگونه تزریق عضلانی اجتناب نمایند.
- ✓ بیماران مبتلا به فلج اطفال می‌توانند ورزش‌های هوازی در حدی که عضلات خسته نگردند انجام دهند. بهتر است ورزش‌ها در آب گرم انجام شود.
- ✓ تغییر در فعالیت‌های روزانه به نحوی که در فواصل متناوب فرد استراحت نماید می‌تواند به کاهش علائم کمک کند. در صورت لزوم استفاده از وسایل کمکی مانند واکر لازم است. حتی در برخی موارد شدید بیمار باید بطور متناوب از ویلچر استفاده نماید.

❖ مراقبت

- ✓ می‌توانید از حوله گرم جهت کاهش درد و گرفتگی عضلانی استفاده کرد.
- ✓ چاقی برای این بیماران بسیار مضر است. گاهی استفاده از روش‌های لاغری در این بیماران ضروری است.
- ✓ بسیاری از این کودکان اغلب با خوردن برخی از غذاهای خاص بدلیل اختلال در عمل جویدن و بلع مشکل دارند. در این مورد شما می‌توانید با گرفتن مشاوری مناسب از کار درمان کودک یا پزشک خانوادگی‌تان با متخصصین گفتاردرمانی و تغذیه آشنا شده از راهنمایی‌های آنها استفاده کنید.
- ✓ مراقبت از این کودکان با مشکلات خوردن و نوشیدن استرس و اضطراب زیادی به والدین وارد می‌کند. مهارت مراقبت از این کودکان را از کادر درمانی یاد بگیرید.
- ✓ در بسیاری از موارد والدین وقت بسیار زیادی را برای خوراندن غذای کافی به این کودکان صرف می‌کنند این موضوع معمولاً ۳۰-۴۰ دقیقه طول می‌کشد که سبب خستگی کودک شده بطوری که انرژی بیشتری نسبت به آنچه دریافت کرده‌اند مصرف می‌کنند. پس استراحت مابین وعده‌های غذایی و افزایش میان وعده‌ها می‌تواند مانع این خستگی گردد.

❖ زمان مراجعه بعدی

- ✓ در صورت مشاهده علائم فلج اطفال
- ✓ جهت ادامه درمان و معاینات دوره‌ای