

**PARS
HOSPITAL**
بیمارستان یارس



علایم هشدار
در بیماری های
تنفسی



در صورت بروز هر یک از علائم زیر مجدداً به اورژانس یا پزشک مراجعه نمایید:

- تب (افزایش درجه حرارت بدن به ۳۸ درجه سانتی گراد یا بیشتر)
- در صورت بدتر شدن حال عمومی
- تعریق بیش از اندازه (عرق سرد روی پوست)
- تنگی نفس و یا تنفس دشوار
- درد قفسه سینه
- سرفه مداوم (فاصله بین سرفه ها کاهش می یابد)
- خلط خونی
- سرگیجه ، خواب آلودگی، سردرد

نکات قابل توجه جهت مراقبت در منزل:

- جهت درمان کامل بیماری، نیاز به جلوگیری از عود بیماری می باشد (از افراد مبتلا به بیماری های عفونی به خصوص بیماری عفونی- ریوی مثل آنفولانزا و دوری نمایید.)
- در طول زمان درمان، حتماً آب و مایعات فراوان (با توجه به شرایط بیمار، از آب میوه های طبیعی ، مانند آب هویج ، آب سیب ، آب پرتقال ، آب لیموی تازه، آب نارنگی، آب لیمو شیرین و ...)، چای کم رنگ، انواع سوپ های ولرم (سوپ سبزیجات، سوپ مرغ، سوپ جو و ...) میل نمایید.



- به اهمیت جلوگیری از انتقال بیماری، توجه نمائید.
(هنگام سرفه کردن سر را به یک طرف بچرخانید، دهان را با یک دستمال بپوشانید و از هر دستمال یک مرتبه استفاده کنید، دستمال را در سطل زباله بریزید و بعد از دست زدن به دستمال آلوده و قبل و بعد از رفتن به سرویس بهداشتی، دست ها را بشوئید).
 - به ورزش های تنفسی عمیق توجه نمائید و این ورزش ها را ۴ بار در روز برای ۶ تا ۸ هفته ادامه دهید.
 - تا زمان کاهش تب و سرفه تماس با فرد سالمند، باردار، فردی با بیماری قلبی، عروقی، تنفسی، دیابت، فشار خون، نقص ایمنی یا تحت درمان با کورتون را به حداقل برسانید.
 - توجه به این نکته حائز اهمیت است که جهت داشتن تنفس بهتر نیاز به بخور مرطوب کننده هوا می باشد.
 - نکته بسیار مهم در بیماری های تنفسی تاکید بر اجتناب از مصرف هر گونه دخانیات می باشد.
 - ضروری می باشد که دوره درمان تجویز شده را کامل نمایید حتی اگر ظاهراً علایم بیماری بهبود یافته است.
- نکته ویژه بیماران دیابتی:** از مصرف آب میوه (طبیعی یا مصنوعی) بدلیل افزایش فوری قند خون پرهیز نمایید.



WWW.PARS-HOSPITAL.COM



شماره تماس با بیمارستان: ۰۱۳-۳۴۲۳۳
شماره داخلی اورژانس: ۱۰۵۷



منبع: هندبوک آموزش به بیمار / دکتر خدیجه نصریانی، کانایو / انتشارات جامعه نگر تهران / ۱۳۹۱