



آموزش پس از ترخیص در ضربات قفسه سینه

فعالیت ها:

- * هر یک تا دو ساعت ده بار نفس عمیق بکشید و هر سه ثانیه نفس خود را نگه دارید.
- * از مصرف دخانیات بپرهیزید.
- * از انجام فعالیت سنگین دوری کنید.
- * تغییر پوزیشن دهید.
- * رژیم غذایی خود را طوری قرار دهید تا از بروز یبوست و فشار بر بخیه ها جلوگیری شود.
- * روزانه زخم خود را از نظر قرمزی و ترشحات و تورم و خونریزی چک کنید.

در صورت بروز هر یک از این علائم به پزشک مراجعه کنید :

- * پارگی بخیه یا آسیب مجدد زخم
- * درد شدید با تورم
- * خروج ترشحات
- * تب بالای ۳۸ درجه
- * تشدید درد قفسه سینه که با استراحت کاهش نیابد.
- * تنگی نفس شدید

* سنگینی و گرفتگی قفسه سینه

* دردناک بودن بلع

* کاهش هوشیاری

* سرگیجه و سبکی سر

* استفراغ خونی

* عدم توانایی در دفع گاز و مدفوع و بزرگی شکم

* دفع خون و خلط

* تپش قلب

منابع: ۱. گاید لاین پرستاری (مراقبتهای مبتنی بر شواهد) و کتاب استانداردهای پرستاری، مراقبت پرستاری اولریج ، برونر سودارت
2014 /Nursing care plan /Consult Nursing.2 (پایگاه اطلاعاتی)/

تاریخ تولید: ۹۵/۰۲/۱۰ ۶-۳۵/

