

تغذیه بیماران چگونه باشد؟

- مواد غذایی پر کالری و پر پروتئین مصرف کنید.
- تعداد وعده‌های غذایی خود را افزایش داده، ولی حجم غذای مصرفی را در هر وعده کاهش دهید.
- غذاهای نفاخ (کلم، بادمجان و ...) مصرف نکنید.
- از مصرف چای، قهوه، الکل، نوشابه، ادویه، نمک، سیگار و قلیان خودداری نمایید.
- میوه و سبزیجات بیشتر مصرف کنید.
- بهداشت دهان را رعایت نمایید.
- مایعات بیشتر در حد تحمل خود مصرف کنید.
- وزن خود را اندازه گیری کرده و در صورت کاهش شدید وزن به پزشک مراجعه نمایید.



عوارض بیماری را می شناسید؟

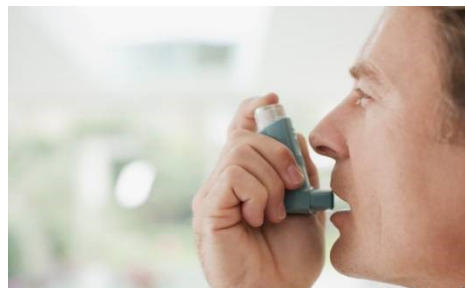
مهم‌ترین عارضه این بیماری، نارسایی تنفسی است. سایر عوارض شامل: عفونت ریه، بالا رفتن فشار در عروق ریه و روی هم خوابیدن ریه‌ها می‌باشد.



درمان بیماری چیست؟

درمان دارویی (خوراکی و اسپری)، اکسیژن درمانی، فیزیوتراپی تنفسی (توانبخشی ریه‌ها)، جراحی و پیوند

ریه



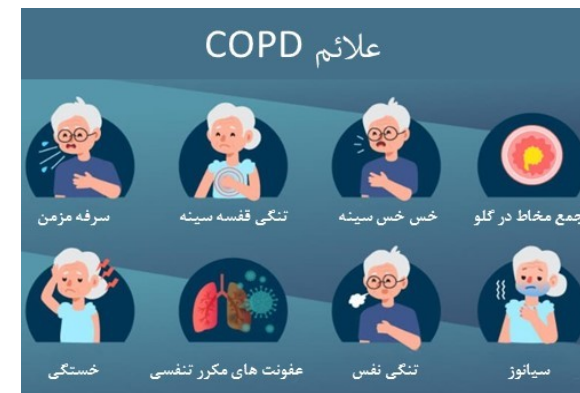
بیماری مزمن انسدادی ریه چیست؟

بیماری مزمن انسدادی ریه، یک بیماری تنفسی قابل پیشگیری و درمان می‌باشد که با پیشروی آهسته همراهِ است. این بیماری موجب به دام افتادن هوا در راه‌های هوایی و یا ریه‌ها می‌شود



علائم بیماری را می دانید؟

سه علامت اولیه: سرفه مزمن، تولید خلط و تنگی نفس
سایر علائم شامل: افزایش کار تنفسی، گاهی تغییر شکل قفسه سینه به صورت بشکه‌ای، استفاده از عضلات شکمی در نفس کشیدن و کاهش وزن



بسمه تعالی



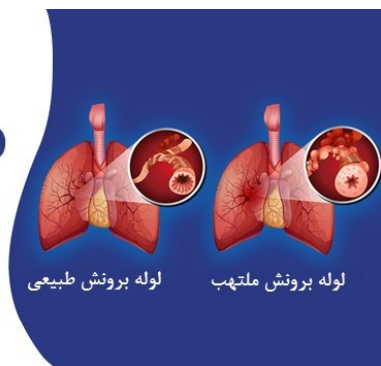
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و درمانی گیلان
بیمارستان دکتر پیروز لاهیجان

بیماری مزمن انسدادی ریه)

COPD

COPD

بیماری مزمن
انسدادی ریه



آموزش به مددجو

آموزش سلامت بیمارستان دکتر پیروز

۱۴۰۳

PIROZ PAM. TPC. EDH

- از مواد محرک تنفسی مثل سیگار پرهیز کنید و حتی به محیط‌هایی که آلوده به دود سیگار هستند، وارد نشوید.
- از محیط‌های شلوغ خصوصا در فصل‌هایی که آنفلوآنزا شیوع بالایی دارد، پرهیز کنید.
- خواب و استراحت کافی داشته باشید.
- روزانه ورزش منظم در حد تحمل داشته باشید.
- در مسافرت‌های هوایی در مورد نیاز به اکسیژن اضافی با پزشک خود مشورت کنید.

منبع:

هینکل، جی ال، چیویر، کی اچ، (۲۰۱۸)، پرستاری داخلی و جراحی برونر و سوارث، تنفس و تبادلات گازی، ترجمه: شبان، م و لطیفی، م، تهران، جامعه نگر، صص: ۲۵۰-۲۲۵

شماره تلفن بیمارستان: ۳-۴۲۲۳۵۵۰۱

نکات قابل توجه برای شما مددجوی محترم:

- ۱-
- ۲-
- ۳-
- ۴-

چند توصیه مهم به بیماران مزمن انسداد ریوی:

- بهبود تنفس: برای بهبود وضعیت تنفسی خود، لازم است دم آهسته همراه با بازدم طولانی در وضعیت خم شده به جلو و با لب‌های غنچه‌ای انجام دهید.
- از مواد محرک تنفسی مثل سیگار پرهیز کنید و حتی به محیط‌هایی که آلوده به دود سیگار هستند، وارد نشوید.
- از قرار گرفتن در گرما و سرمای زیاد اجتناب کنید، زیرا می‌تواند باعث افزایش خلط و تنگی نفس شما شود.
- از قرار گرفتن در محیط‌های شلوغ و سر بسته پرهیز کنید.
- برای حفظ رطوبت محیط از بخور استفاده کنید.



- اسپری‌های خود را به نحوه صحیح و در زمان صحیح استفاده نمایید.