



دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین بستری

دیابت کتواسیدوزیس (DKA)

همکار محترم پرستاری بیمارستان عفونت ادراری در کودکان با توجه به دستورالعمل جامع خودمراقبتی و آموزش بیمار، الزامی است آموزش بیمار حین بستری و ترخیص **کتواسیدوزیس** طبق این دستورالعمل و حداقل محتوای زیر انجام گیرد

❖ درمان کتواسیدوز دیابتی

✓ بستری در بیمارستان و جایگزین کردن مایعات از دست رفته و الکترولیت هایی مانند سدیم و پتاسیم که موجب تنظیم کارکرد سلول ها میشود از طریق داخل وریدی یا وصل سرم تزریق اسولین شروع آنتی بیوتیک در صورت وجود عفونت .

❖ تغذیه

✓ در مرحله حاد بیماری برای شما سرم وصل میشود تا نیاز تغذیه ای شما را تا حدودی برآورده کند . پس از بهتر شدن حال عمومیا اجازه پزشک میتوانید ابتدا مایعات مصرف کنید و در صورت تحمل رژیم دیابتی را شروع کنید.

✓ در صورتی که تهوع و استفراغ دارید از نوشیدن و آشامیدن خودداری نمایید و به پرستار خود اطلاع دهید .
✓ در صورت بی اشتها بی غذا را کم و در وعده های غذایی بیشتر میل کنید .
✓ سعی کنید مایعات بیشتری مصرف کنید .

❖ فعالیت

✓ در مرحله شدید بیماری، استراحت کافی در بستر برای درمان کامل بیماری لازم است .
✓ برای خروج از بستر، پس از اجازه پزشک ابتدا مدتی در لبه تخت نشسته و پاها را آویزان کنید، در صورت نداشتن سرگیجه، تاری دید و ... با کمک تیم مراقبتی راه بروید.

❖ مراقبت

✓ در صورت بروز علائم کاهش قند خون از قبیل احساس ریزش عرق یا سرما (در لمس پوست سرد و مرطوب)، احساس ضعف و لرزش بدن، احساس گز گز در اطراف لب ها و پاها، احساس گرسنگی، تاری دید، تغییرات عاطفی (آشفتگی یا عصبانیت)، رنگ پریدگی، بریده بریده سخن گفتن و خواب آلودگی اطلاع دهید.

✓ در صورت بروز علائم افزایش قند خون از قبیل افزایش اشتها و سپس کاهش اشتها، سردرد، تهوع و استفراغ، دل درد، ضعف، تاری دید، خشکی دهان، تشنگی مفرط، افزایش ادرار و خستگی مفرط، به پزشک خود اطلاع دهید.



- ✓ آزمایشاتی مانند اندازه گیری قند خون و .. به صورت مکرر برای شما انجام میشود .
- ✓ از دستکاری سرم ها و رابط های متصل به خود خودداری کنید .
- ✓ از مصرف خودسرانه دارو بغیر از داروهای تجویز شده بدون اجازه پزشک خودداری کنید .
- ✓ داروها طبق تجویز پزشک و در فواصل مشخص توسط پرستار به شما داده خواهد شد.



دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین ترخیص

دیابت کتواسیدوزیس (DKA)

❖ رژیم غذایی

- ✓ مصرف مواد غذایی نشاسته ای مانند برنج، نان، سیب زمینی و خشکبار مانند انجیر خشک، توت خشک و کشمش را محدود کنید .
- ✓ 2-3 عدد میوه در روز مصرف کنید .حتی الامکان میوه ها را با پوست میل کنید و از مصرف آبمیوه بسته بندی شده اجتناب کنید .
- ✓ مرغ و ماهی را کاملاً بدون پوست (آب پز یا کبابی) استفاده کرده و گوشت قرمز را به مقدار کم مصرف کنید .
- ✓ از مصرف مغز، دل و جگر، کله پاچه، لبنیات پر چرب، بستنی، خامه و کیک های خامه ای، مربا، قند، شکر و نوشابه اجتناب کنید .

❖ فعالیت

- ✓ برای پیشگیری از افت قند خون، از انجام ورزش شدید و فعالیتهای سنگین بدنی خودداری کنید .قبل از ورزش و فعالیت بدنی سنگین یک میان وعده در برنامه ی غذایی خود بگنجانید.
- ✓ برای تنظیم قندخون ورزش هایی مانند پیاده روی، شنا و دوچرخه سواری را طبق نظر پزشک انجام دهید .

❖ مراقبت

- ✓ تعداد وعده های غذایی خود را زیاد و حجم غذای مصرفی در هر وعده را کم کنید .به جای 3 وعده حداقل 6بار در روز از غذا استفاده کنید .بهتر است مابین صبحانه، نهار و شام سه میان وعده حدود 10 صبح، 4 بعد از ظهر و قبل از خواب مصرف کنید.
- ✓ در صورتی که انسولین رگولار(شفاف)مصرف میکنید 3 ساعت پس از تزریق انسولین احتمالاً افت قند خون خواهید داشت .
- ✓ در صورتی که انسولین ان .پی .اچ (شیری) مصرف میکنید عصرها و یا قبل از شام احتمالاً افت قند خون خواهید داشت .
- ✓ همیشه کارت دیابت خود را به همراه داشته باشید تا هنگام بروز مشکل، اطرافیان شما بتوانند عکس العمل صحیحی داشته باشند .
- ✓ انسولین را در دو طرف شکم به فاصله چهار انگشت از دور ناف، قسمت بالا و بیرونی بازوها، بالا و بیرون ران تزریق کنید .



- ✓ در ناحیه شکم سرنگ انسولین را با زاویه 90 درجه یا مستقیم، در ناحیه بازو و ران، سرنگ را با زاویه 45 درجه یا مایل بگیرید .
- ✓ تزریق انسولین را به صورت چرخشی انجام داده و فاصله هر تزریق با تزریق بعدی را 2 سانتیمتر در نظر بگیرید .
- ✓ انسولین را طبق دستور پزشک و در ساعت های مشخص مصرف نمایید .
- ✓ نوار (کیت) آزمایش کتون ادرار را از داروخانه تهیه نمایید و زمانی که علائم کتواسیدوز دیابتی را داشتید این آزمایش را در منزل انجام دهید .
- ❖ **زمان مراجعه بعدی**
- ✓ در صورت بروز علائم عفونت مانند تب، ضعف و... به پزشک مراجعه کنید.
- ✓ در صورت فراموش کردن دوز انسولین و یا دیابت غیر وابسته به انسولین و داشتن علائم از قبیل پوست گرم و خشک، گرسنگی هوا، بوی شیرین و یا بوی میوه در تنفس که توسط خانواده تشخیص داده میشود، احساس گیجی و عدم آگاهی به اطراف، سریعاً به اورژانس مراجعه و یا با 115 تماس بگیرید.
- ✓ به طور مرتب و منظم جهت ادامه درمان به پزشک مراجعه کنید.

واحد آموزش سلامت بیمارستان شهید راشی شاهیندژ