



# دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین بستری

## انسفالیت

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

### ❖ درد

✓ در صورت داشتن درد (سر درد و درد عضلات و ...) به پرستار اطلاع داده تا طبق تجویز پزشک اقدامات لازم جهت تسکین درد شما را انجام دهد.

### ❖ رژیم غذایی و تغذیه

✓ در مرحله حاد بیماری طبق دستور پزشک ناشتا باشید و تزریق وریدی مایعات نیاز تغذیه ای شما را تا حدودی برآورده میکند .

✓ ابتدا از مایعات و آب میوه طبیعی استفاده کنید ، از مصرف مایعات شیرین پرهیز کنید .

✓ از وعدههای کم حجم و مکرر در طول روز استفاده کنید .

### ❖ فعالیت

✓ در مراحل حاد بیماری بایستی در تخت استراحت داشته باشید البته تدریجاً هر چقدر که قدرت و احساس سلامتی تان اجازه داد فعالیت را با اجازه پرستار شروع کنید.

✓ برای خروج از بستر، ابتدا مدتی در لبه تخت نشسته و پاها را آویزان نمائید، در صورت نداشتن سرگیجه، تاری دید و ... با کمک تیم مراقبتی راه بروید .

✓ در روزهای اول باید در تختی با نرده های حفاظتی و در اتاقی با نور کم و مجزا استراحت کنید .

✓ برای جلوگیری از یبوست و به حداقل رساندن خطر افزایش فشار جمجمه ناشی از زور زدن موقع اجابت مزاج، یک ملین ملایم یا نرم کننده مدفوع طبق دستور پزشک برای شما تجویز میشود.

✓ با توجه به احتمال افزایش فشار مغز (ICP) سر بیمار باید 30 درجه بالاتر از بدن قرار گیرد.

### ❖ مراقبت

✓ جهت پیشگیری از عفونتهای تنفسی، تنفس عمیق و سرفه انجام دهید، در صورت لزوم فیزیوتراپی قفسه سینه جهت خروج ترشحات انجام میشود .

✓ جهت کاهش اضطراب در اتاق آرام و تاریک استراحت کنید و تا جای ممکن محدودیت ملاقات داشته باشید .

✓ برای کمک به جلوگیری از ترومبوز آمبولی وریدی از جورابهای الاستیک برای شما استفاده میشود .

✓ بهداشت دهان و دندان رارعایت کنید .

✓ برای بررسی عملکرد کلیه آزمایش کراتینین سرم و نیتروژن اوره خون انجام خواهد شد .

✓ در صورت داشتن تنگی نفس اطلاع دهید .

### ❖ دارو

✓ داروهای شما آنتی بیوتیک، کورتیکواستروئید و ضد تب و تشنج میباشد که طبق دستور پزشک در زمانهای معین توسط

پرستار برای شما تجویز میشود .مهمترین داروی انسفالیت آسیکلویر به نوعی ضد ویروس میباشد که حین مصرف آن

باید از حجم کافی مایعات ورودی، میزان ادرار، اوره خون و آنزیمهای کبدی مطمئن شد.



## دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین ترخیص

### انسفالیت

#### ❖ رژیم غذایی و تغذیه

- ✓ از رژیم حاوی قند و مواد شیرین زیاد پرهیز کنید ولی از مایعات فراوان استفاده کنید .
- ✓ بهتر است از غذاهای پرانرژی و پر پروتئین استفاده کنید .

#### ❖ فعالیت

- ✓ جهت پیشگیری از عفونتهای تنفسی، تنفس عمیق و سرفه انجام دهید، فیزیوتراپی قفسه سینه، ورزشهای هوازی مثل پیاده روی انجام دهید و تحرک داشته باشید.
- ✓ فعالیتهایی را انتخاب کنید که قسمت اعظم انرژی آنها در مدت زمان کوتاهی صرف میشود. در نظر گرفتن دوره های استراحت مکرر بین فعالیتهای مهم است.
- ✓ تا بهبودی کامل از رانندگی پرهیز کنید .

#### ❖ مراقبت

- ✓ فاز حاد به طور معمول 1-2 هفته طول میکشد. تب و علائم به تدریج یا به طور ناگهانی ناپدید میشوند
- ✓ اگر در نواحی پرخطر به سر میبرید، از مواد دافع حشرات و توری جهت جلوگیری از گزش حشره استفاده کنید .
- ✓ در صورت بروز مشکلات گفتاری و شناختی با گفتاردرمان و کاردرمان مشاوره کنید .
- ✓ برای کنترل تب از تب بر و بدنشویه استفاده کنید .
- ✓ برای سردرد از مسکنهای خفیف استفاده کنید و در اتاقی با نور کم و بدون سرو صدا و آرام استراحت کنید .
- ✓ شستن دستها قبل و بعد از قرار گرفتن در معرض افراد آلوده و استفاده از دستشویی الزامی است .
- ✓ از تماس با افراد مبتلا به بیماری عفونی اجتناب کنید .

#### ❖ دارو

- ✓ در صورتی که دچار خونریزی، خستگی، گرگرفتگی، بیحالی و خارش شدید، بلافاصله پزشکتان را مطلع سازید زیرا احتمال دارد دچار عوارض دارویی شده باشید.
- ✓ در صورت بروز تب، لرز و دردهای بدنی شدید پزشک معالج را مطلع سازید زیرا احتمال دارد دچار عوارض دارویی شده باشید .
- ✓ آنتی بیوتیک و سایر داروهای ضد ویروسی را به موقع و دوره کامل آنها را مصرف کنید .

#### ❖ زمان مراجعه بعدی

- ✓ نشانه های اضطراری : در صورت از دست دادن هوشیاری، پاسخ ضعیف به سوالات، بی حسی، کما، ضعف عضلات و یا فلج و تشنج، سردرد شدید، تغییر ناگهانی در عملکرد ذهنی (خلق و خو، از دست دادن حافظه کوتاه مدت و بلند مدت ) و وجود هرگونه عفونت در بدن سریعاً به بیمارستان و یا اورژانس مراجعه نمایید.
- ✓ در زمان تعیین شده توسط پزشک حتماً به بیمارستان یا پزشک معالج مراجعه نمایید.

### واحد آموزش سلامت بیمارستان شهید رازی شاهیندژ