



دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین بستری

بروسلوز

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

❖ رژیم غذایی

- ✓ کارشناس تغذیه بیمارستان رژیم غذایی مناسب به شما پیشنهاد میکند.
- ✓ مایعات باید به مقدار زیاد به داده شود، چرا که مقدار زیادی از آب بدن به صورت عرق دفع میگردد. بنا بر این مصرف 2/5 تا 3 لیتر مایعات در روز توصیه میشود. وقتی اسهال و استفراغ بطور مداوم دیده شود، تزریق وریدی مایعات لازم میگردد.

- ✓ مواد غذایی در حجم کم و وعده های غذایی بسیار داده شود.
- ✓ تغذیه ی این بیماران با رژیم غذایی مایع شروع شده و به تدریج به رژیم غذایی نرم و سپس رژیم غذایی معمول منتهی میگردد. با وجود آنکه بیمار مبتلا به تب مالت، به رژیم غذایی غنی از انرژی احتیاج دارد، اما بهتر است از غذاهای نرم و ساده شروع شود و به تدریج به نوع و مقدار آنها افزوده گردد.

❖ فعالیت

- ✓ در زمان شدید بودن علائم بیماری بهتر است در بستر استراحت نمایید.
- ✓ در بستر انگشتان و مچ پاها را حرکت دهید، تا از لخته شدن خون در پاها پیشگیری شود.
- ✓ در صورت بهتر شدن حال عمومی ابتدا نشسته و سپس پاها را از لبه تخت آویزان نمایید و در صورت نداشتن سرگیجه با کمک همراه خود و یا پرستار از تخت خارج شوید.

❖ مراقبت

- ✓ در صورت شدید بودن بیماری لازم است در بیمارستان بستری گردند ولی در غیر اینصورت میتوان آنها را بطور سرپائی، تحت درمان قرار داد.



- ✓ در صورت داشتن درد، به پرستار اطلاع داده تا طبق تجویز پزشک اقدامات لازم جهت تسکین درد شما را انجام دهد.
- ✓ از دستکاری سرم ها و رابط های متصل به خود خودداری کنید.
- ✓ داروها طبق تجویز پزشک و در فواصل مشخص توسط پرستار برای شما اجرا خواهد شد.



دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین ترخیص

بروسلوز

❖ رژیم غذایی

- ✓ میزان پروتئین دریافتی باید بالا باشد، تا تخریب پروتئین بدن جبران شود و همچنین وزن بدن در حد مطلوب حفظ گردد. در چنین مواقعی میتوانید از یک کارشناس تغذیه کمک بگیرید.
- ✓ شیر پاستوریزه، عالیترین نمونه از مایعات است که، انرژی، پروتئین، بعضی ویتامینها و برخی مواد معدنی مانند پتاسیم و کلسیم را تأمین میکند. پس زیاد آن را مصرف کنید.
- ✓ مایعات باید به مقدار زیاد به بیمار داده شود، چرا که مقدار زیادی از آب بدن به صورت عرق دفع میگردد. بنا بر این مصرف 2/5 الی 3 لیتر مایعات در روز توصیه میشود. وقتی اسهال و استفراغ بطور مداوم دیده شود، تزریق وریدی مایعات لازم میگردد.
- ✓ مصرف خامه تازه و کره نباتی انرژی دریافتی را افزایش میدهند، ولی غذاهای سرخ شده در روغن و انواع شیرینی های خامه ای در افراد مبتلا به این بیماری (چون ممکن است این مواد دیرهضم باشند) توصیه نمیشود.
- ✓ در هنگام تب به علت تعریق زیاد ممکن است، مقادیر زیادی سدیم و پتاسیم از بدن دفع گردد. بنابراین لازم است به غذاهایی مانند سوپ کمی نمک اضافه شود. بهترین منابع غذایی پتاسیم در این حالت شیر و آبمیوه است.
- ✓ کمبود ویتامین ث موجب تضعیف توانایی بدن در تولید عوامل موثر برای عکس العملهای سیستم دفاعی بدن میگردد. ویتامین ث در مرکبات و سبزیجات مانند پرتقال، نارنگی، کیوی و... وجود دارد. سعی کنید از گروههای مختلف مواد غذایی استفاده نمایید.
- ✓ برای افزایش انرژی دریافتی میتوان به افزودن کره به سوپ، شکر به آب میوه و سایر نوشیدنیها و برای افزایش دریافت پروتئین میتوان به مصرف پودرهای غنی از پروتئین یا مخلوط شیر و تخم مرغ (پودر شیر بدون چربی + تخم مرغ) اشاره کرد.



✓ از آن جایی که اشتهای این بیماران کم است انتخاب مواد غذایی اهمیت خاصی پیدا میکند. رنگ، بو، طعم و ظاهر خوشایند غذا عوامل موثری در تشویق بیماران به خوردن است. قرار دادن انواع مواد غذایی در مقادیر کم در یک سینی مانند یک لیوان شیر و تخم مرغ به همراه یک برش نان برشته و کره و بستنی یا آبلیمو اشتهای بیمار را تحریک میکند.

✓ در صورتی که بیمار انواع سبزیهای بزرگ سبز و زرد، گوشت و سایر مواد را تحمل میکند، باید در وعده های غذایی این مواد گنجانده شوند. مواد غذایی در حجم کم و وعده های غذایی بسیار داده شود.

❖ فعالیت

✓ تا زمان برطرف شدن تب و سایر علائم، در رختخواب استراحت نمایید. پس از آن تدریجاً فعالیتهای عادی خود را از سر بگیرید.

❖ مراقبت

✓ عموماً لازم نیست که بیمار از دیگران جدا شود. تمامی اعضای خانواده که ممکن است از همان محصول لبنی آلوده مصرف کرده باشند، باید تحت معاینه و آزمایش قرار گیرند.

✓ به منظور تسکین سردرد، کمردرد و دردهای عمومی ناشی از بروسلوز، مصرف داروهای مسکن، بلا مانع است.

✓ تجویز ملین در موارد وجود یبوست شدید و داروهای آرامبخش، در موارد بیخوابی و بیقراری و امثال آن منع نشده است.

❖ زمان مراجعه بعدی

✓ جهت پی گیری درمان و در زمان مشخص شده به پزشک مراجعه نمایید.

✓ اگر تب یا سایر علائم مجدداً پس از درمان عود کنند.

✓ اگر شما یا یکی از اعضای خانواده تان علائم تب مالت را دارید.

واحد آموزش سلامت بیمارستان شهید رائی شاهیندژ