

واحد آموزش و پیگیری بیمار

راهنمای خود مراقبتی بیماری مزمن

انسدادی ریه COPD



- شما مددجوی عزیز که از بیماری ریه رنج می‌برید جهت مدیریت بهتر بیماری خود تکنیک استفاده از سپری‌های تنفسی را یاد بگیرید و هرگز داروی روزانه را قطع نکنید
- از دود سیگار و قلیان دوری کنید
- تزریق واکسن آنفولانزا را قبل از شروع فصل سرد جدی بگیرید

اسپری



سیگار و قلیان ممنوع



واکسن



بیمارستان ابن سینا

اگر شما مددجوی عزیز علائم پایدار و همیشگی دارید تنگی نفس سرفه و خلط شما نسبت به قبل بیشتر شده است سطح اکسیژن خون شما در محدوده معمول شما یا ۹۰ درصد به بالا می باشد تب ندارید و نبض بین ۶۰ تا ۱۰۰ می باشد تعداد تنفس کمتر از ۲۰ شما در ناحیه سبز و ایمن قرار دارید ادامه مصرف داروها



ناحیه زرد-هشدار

اگر شما مددجوی عزیز دچار تب خفیف یا نفس نفس زدن هستید دمای بدن بین ۳۷ و نیم تا ۳۸ درجه تعداد تنفس بیشتر از ۲۰ در دقیقه کاهش اکسیژن خون SPO_2 ۸۵ تا ۹۰ درصد افزایش تنگی نفس، سرفه یا تغییر رنگ خلط (زرد یا سبز شدن) اختلال خفیف هوشیاری تماس و ارتباط با پزشک معالج



ناحیه قرمز (اورژانس) در صورت داشتن یکی از علائم زیر مراجعه به بیمارستان جهت بستری

اختلال هوشیاری

تب بالای ۳۸

SPO_2 کمتر از ۸۵ درصد علی رغم مصرف اکسیژن عدم توانایی حفظ راه هوایی توسط فرد بیمار یا مراقب

