

مددجوی عزیز:

این پمفلت شامل اطلاعاتی در مورد بیماری شما است که رعایت آنها به بهبودی شما کمک می کند. امیدواریم با رعایت نکات ذکر شده در آن سلامت خود را بازیابید.

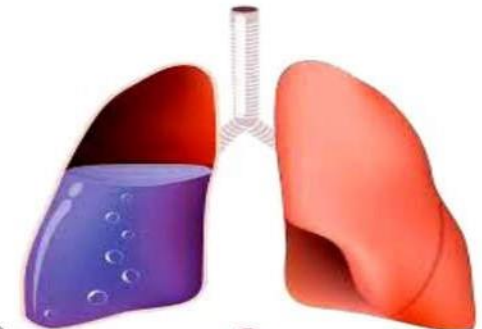


ادم ریه چیست؟

ادم ریوی، تولید غیرطبیعی مایع در ریه است. این افزایش مایع منجر به تنگی نفس و کاهش اکسیژن رسانی به بدن می شود. ادم ریوی اغلب ناشی از نارسایی احتقانی قلب است.

علت این بیماری چیست؟

- ← نارسایی قلبی
- ← مصرف داروهای خاص
- ← قرار گرفتن در ارتفاعات بالا
- ← نارسایی کلیه
- ← آسیب های ریه ناشی از گاز سمی یا عفونت شدید



۱

در نارسایی قلب، مقدار خونی که از قلب خارج می شود کاهش می یابد و سبب پرخونی در ریه ها می شود. درمان ادم ریه باید خیلی سریع و اورژانسی انجام شود در غیر این صورت بیمار در اثر خفگی فوت می کند.

- * سرفه کردن همراه با کف صورتی
- * کوتاهی شدید تنفس یا اشکال در تنفس (تنگی نفس)
- * که با دراز کشیدن، بدتر می شود.
- * اضطراب
- * کاهش سطح هوشیاری
- * تورم پا یا شکم
- * پوست رنگ پریده
- * احساس خفگی و یا غرق شدن
- * خس خس سینه یا نفس نفس زدن و عرق کردن (بیش از حد) و خستگی

درمان:

بهبود وضعیت تنفسی و بهبود عملکرد قلبی و عروقی است که با داروهای تجویز شده و اکسیژن رسانی در مرکز درمانی انجام می شود.



۲

نکات مورد توجه:

- ♦ داروهای تجویز شده را به موقع مصرف کنید.
- ♦ مدیریت استرس. برای کاهش خطر ابتلا به مشکلات قلبی، سعی کنید میزان استرس خود را کاهش دهید. راه های مقابله با استرس را بیاموزید.
- ♦ فشار خون خود را کنترل کنید.
- ♦ حفظ وزن ایده آل. خوردن یک رژیم غذایی غنی از میوه های تازه، سبزیجات و محصولات لبنی کم چرب؛ و محدود کردن نمک و الکل و سیگار.
- ♦ کلسترول خون خود را کنترل کنید. افزایش آن باعث افزایش خطر ابتلا به بیماری های قلبی عروقی شود.

تغذیه:

از مصرف غذاهای نفاخ مثل حبوبات و غذاهای چرب و شور دوری کنید و غذاهای پرفیبر مثل کاهو و سبزی تازه استفاده کنید.

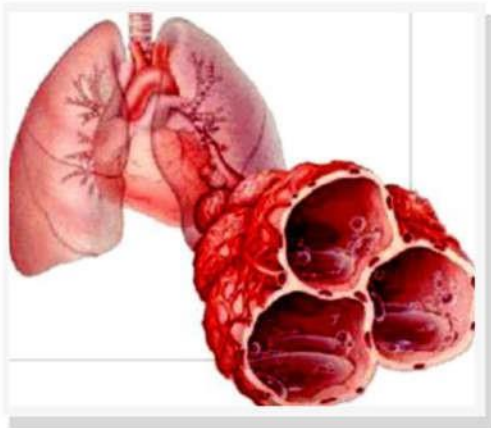


۳



پزشکانه آموزش پزشکی و سلامت بهداشتی رازی
مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی رازی

ادم حاد ریه



واحد آموزش سلامت

زمان مراجعه به پزشک:

- ⇐ به ورم اندام های تحتانی و فوقانی دقت نموده و در صورت افزایش آن به پزشک مراجعه کنید .
- ⇐ تنگی نفس به خصوص اگر به طور ناگهانی می آید.
- ⇐ مشکلات تنفسی و یا احساس خفگی (تنگی نفس)
- ⇐ صدا در هنگام تنفس بصورت خس خس سینه یا نفس نفس زدن و دفع خلط صورتی هنگام سرفه
- ⇐ مشکل تنفسی همراه با تعریق شدید
- ⇐ رنگ آبی یا خاکستری پوست شما

در صورت داشتن هرگونه سؤال یا مشکل در مراقبت از خود، می توانید با شماره تلفن 31626166-31626154 در تمام ساعات روز تماس فرمایید و آموزشهای لازم را رایگان دریافت نمایید.

میزان فعالیت :

- ❖ در زمان ابتلا به این بیماری تا پایدار شدن وضعیت بیماری در بستر استراحت نمایید. از فعالیت هایی که تنگی نفس را در شما تشدید می کند خودداری کنید.
- ❖ از بیرون رفتن در هوای سرد، مکان های شلوغ و هوای آلوده خودداری کنید.
- ❖ فعالیت متناسب با شرایط بدنی خود همراه با استراحت داشته باشید.
- ❖ در مواقعی که دچار تنگی نفس می شوید در حالت نیمه نشسته و در صورت امکان پاها آویزان قرار گیرد و از اکسیژن استفاده نمائید.

(جهت منزل کپسول های اکسیژن تهیه شود)

