



آسم کودکی

شماره پرونده:		
نام خانوادگی:	نام:	بخش: اتاق: تخت:
نام پدر:	تاریخ تولد: جنس: ☐ زن ☐ مرد	تشخیص (علت بستری):
تاریخ پذیرش:		
بیمار محترم ضمن آرزوی سلامتی برای شما شایسته است که پس از ترخیص از بیمارستان موارد زیر را به دقت مطالعه و اقدام نمایید:		
مراقبت در منزل: - تغذیه مناسب بخصوص در کودکان عامل مهمی در پیشگیری از عفونتهای ریه است. لذا در طول مدت بیماری و بعد از آن با زیاد کردن تعداد وعدههای غذایی از عقب ماندن رشد کودک جلوگیری کنید. بهتراست از غذاهایی مانند سوپ، آش، فرنی و... که احتیاج به جویدن ندارند، استفاده کنید. - در طول درمان و تا حصول بهبودی کامل از دادن مواد غذایی همچون موز، شیرینی و شکلات، آجیل ودانههای روغنی که باعث تحریک سرفه و افزایش درد قفسه سینه می شوند، خودداری کنید. - از مصرف غذاهای سرخ کرده، پر ادویه و محرک برای کودک خودداری کنید. - به کودک اجازه دهید رژیم غذایی در حد تحمل و مورد علاقه خود را داشته باشد و مایعات کافی مصرف نماید. - فعالیت های کودک را متناسب با سن و تحمل وی برنامه ریزی کنید. - از فعالیت کودک در فضای باز در روزهای سرد و آلوده جلوگیری کنید. - از انجام ورزش های سنگین که باعث بروز اختلالات تنفسی می شوند، خودداری شود. - ممکن است کودک برای چند هفته پس از درمان موفقیت آمیز عفونت ریوی، احساس خستگی، کوتاهی تنفس و سرفه های آزار دهنده و طولانی مدت را داشته باشد که طبیعی است. - از نفوذ حشرات به محل زندگی جلوگیری کنید. - عوامل ایجاد آلرژی در کودک را شناسایی و اقدامات پیشگیرانه لازم را انجام دهید. - با استفاده از یک دستگاه مرطوب کننده هوا با بخار و بخور گرم رطوبت کافی را برای تنفس راحت تر کودک فراهم کنید. - از تماس کودک با افراد مبتلا به عفونت های تنفسی خودداری کنید و از حضور کودک در محل هایی که احتمال آلودگی در آنها بیشتر است خودداری کنید. - از مواجهه با سرما یا خیس بودن لباس کودک در هوای سرد خودداری کنید. - جهت تخفیف درد سینه می توان از یک بالشتک ساده یا کمپرس گرم بر روی قفسه سینه استفاده کنید. - برای کودک در خروج وی از منزل به خصوص در باد و کوران از ماسک (در صورت تحمل) و شال استفاده کنید. تهویه اتاق کودک مناسب باشد. - ظروف و لیوان آب کودک را جدا کنید و دست های خود را مرتب بشویید، به خصوص اگر شما به اشیاء یا دستمال های کثیف دست می زنید. - کودکانی که مبتلا به این بیماری شده اند حتی پس از بهبود نیز ریه های حساس تر نسبت به دیگران داشته و همواره باید جوانب احتیاط را رعایت کنید: مواردی همچون بوی سیگار، حشره کش ها، اسپری خوش بو کننده و وایتکس و شیشه شو، عطر گل ها و گیاهان به خصوص در فصل بهار و هنگام گرده افشانی گیاهان و... از مواردی است که همواره باید رعایت کنید. - با درمان به موقع عفونت های ساده تنفسی احتمال عفونت ریه را کاهش دهید. - بسته به نوع و شدت بیماری ممکن است درمان خوراکی یا تزریقی استفاده شود (از داروهای ضد باکتری، ویروس و قارچ نیز استفاده می شود). فیزیوتراپی قفسه سینه و اکسیژن درمانی از درمان های اصلی بیماری محسوب می شوند. - داروهای کودک را تا تکمیل دوره درمان استفاده کنید و از قطع خودسرانه آن خودداری کنید. - در اول پاییز در مورد تزریق واکسن آنفولانزا با پزشک معالج مشورت کنید. - هیچگاه سر خود دارو به خصوص آنتی بیوتیک و داروهای کورتون دار به کودک ندهید. در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید - اگر نسبت به ابتلای کودکتان به آسم مشکوک شده اید یا کودکتان مبتلا به آسم است، به پزشک مراجعه کنید. درمان اولیه، نه تنها به کنترل علائم آسم روزمره، بلکه به جلوگیری از حملات آسم کمک می کند.		



در صورتی که متوجه علائم زیر شدید به پزشک مراجعه کنید:

- سرفه ثابت، متناوب یا به نظر می رسد که با فعالیت بدنی مرتبط است.
- صدای خس خس سینه که هنگام نفس کشیدن کودک شنیده می شود.
- تنگی نفس یا تنفس سریع
- شکایت از تنگی قفسه سینه
- اگر کودک شما مبتلا به آسم باشد، ممکن است چنین چیزهایی بگوید، "من همیشه سرفه می کنم" یا ...
- به صدای سرفه های وی زمانی که خواب است گوش دهید. این سرفه ها ممکن است که کودک را از خواب بیدار کنند. گریه، فریاد یا عکس العمل خشن و استرس ممکن است باعث سرفه یا خس خس شود.