بیمارستان آموزشی –درمانی نهم دی

آموزش پس از ترخیص کودک مبتلا به آسم

والدین گرامی:

علائم آسم شامل احساس فشردگی در قفسه سینه ، تنگی نفس ، خس خس سینه تنفس سریع ، انقباض عضلات زمان بازدم ، سرفه مخصوصا در شب ،خستگی گردن ، آبی شدن پوست ، خرخر ، ناتوانی در صحبت کردن

_ سعی کنید عوامل حساسیت زا((گرده گیاهان،گردوغبار، حیوانات،کپک و آلاینده های هوا ،اسپری و ادکلن و مواد غذایی مثل ادویه، آب میوه ها و غذاهای حاوی رنگ دانه های خوراکی . توت فرنگی ، موز،کیوی،پرتقال، بادمجان ، گوجه فرنگی) که سبب شروع حمله آسم در کودک شما میشود را شناسایی کنید و از پیرامون کودک حذف کنید.

_از استعمال دخانیات پیرامون کودک خودداری کنید.

_از کودک خود مراقبت کنید تا کمتر دچار عفونت های تنفسی شود.

_کودک را از افراد دچار عفونت دور نگه دارید.

_بدون مشورت با پزشک با احساس بهبودی داروها را قطع نکنید و یا مصرف آنها را کاهش ندهید.

_در صورت تجویز اسپری استنشاقی توسط پزشک،آن را به موقع برای کودک استفاده کنید. از مصرف دارو بدون نسخه پزشک خودداری کنید.

_از فعالیت کودک در زمان خستگی و یا در آب و هوای خیلی گرم یا سرد اجتناب شود.

_کودک یک رژیم غذایی متعادل داشته باشد.

_برای رقیق نگه داشتن ترشحات مقدار کافی مایعات به کودک بدهید.

_برنامه توزین منظم برای کودک خود داشته باشید چرا که چاقی آسم را بدتر میکند.

_اضطراب کودک را کاهش دهید (از طریق موسیقی و...)

_ از بوییدن عطر و سایر مواد خوشبو خودداری شود زیرا می تواند آغازکننده ی حمله ی آسم باشد.

_ در صورت بروز هر یک از علائم زیر به مراکز درمانی مراجعه کنید:

_احساس تنگی نفس _خلط سبز رنگ

_تب _افزایش تعداد تنفس

داروهای مصرفی منزل:

زمان و مکان مراجعه بعدی

پائیز۹۶