



"بروشیولیت مزمن"

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 :

- ✚ از خوردن غذاهای حاوی کافئین مانند قهوه، چای، کولا و شکلات خودداری کنید .
- ✚ از خوردن غذاهای نفاخ، ادویه دار و خیلی داغ یا خیلی سرد اجتناب کنید .
- ✚ فعالیت‌هایی مانند حمام کردن، لباس پوشیدن و قدم زدن به مدت کوتاه را شروع کرده و برای جلوگیری از خستگی زیاد در فواصل لازم استراحت کنید.
- ✚ اگر کارهایی مانند فریاد زدن، بلند خندیدن، گریه کردن و فعالیت بدنی باعث بروز حملات سرفه می‌شود، از آنها خودداری کنید .
- ✚ برای حفظ رطوبت محیط (کمک به رقیق شدن ترشحات ریه و خروج خلط) از بخور استفاده کنید .
- ✚ مصرف مایعات را به ۸-۱۰ لیوان آب در روز افزایش دهید تا ترشحات ریوی رقیق‌تر شوند .
- ✚ از قرار گرفتن در گرما و سرمای زیاد خودداری کنید .
- ✚ در صورت قرار گرفتن در محیط سرد از ماسک و شال کردن استفاده کنید .
- ✚ از قرار گرفتن در محیط شلوغ و با ترافیک سنگین و دود خودداری کنید .
- ✚ از مواد محرک تنفسی مانند سیگار، قلیان و پیپ پرهیز کرده و در محیط‌هایی که دود سیگار وجود دارد وارد نشوید .
- ✚ از افراد سرماخورده و مبتلا به عفونت‌های تنفسی دوری کنید .
- ✚ فشار روانی و کلیه موارد استرس را از خود دور کنید .
- ✚ از قطع داروها یا مصرف برخی از داروها بدون اجازه پزشک خودداری کنید .
- ✚ آنتی بیوتیک‌ها را به موقع استفاده کنید، درمان را کامل کنید و در صورت بروز واکنش‌های حساسیتی به پزشک اطلاع دهید .

در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید :

- تب یا استراخ، خلط خونی، افزایش درد، تنگی نفس در حالت استراحت یا هنگامی که سرفه نمی‌کنید .
- بدتر شدن علائم یا وجود استفاده از داروهای تجویز شده .
- سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی .

واحد آموزش و پیگیری بیمار

بیمارستان آیت الله علمیرادیان

شماره تلفن ۷۴-۰۸۱۳۳۲۱۷۰۷۰ داخلی ۲۴۹