



"خروسک"

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 :

- ✚ در طول درمان تا حصول بهبودی کامل از دادن مواد غذایی مانند موز ، شیرینی ، شکلات ، آجیل و دانه های روغنی که باعث تحریک سرفه و افزایش درد قفسه سینه می شوند خداری کنید .
- ✚ کم آبی در کودکان می تواند خطر ناک باشد . به کودک از راه دهان ، مایعات اضافی بدهید .
- ✚ در طول مدت بیماری و بعد از آن با زیاد کردن تعداد وعده های غذایی از عقب ماندن رشد کودک جلوگیری کنید ، بهتر است از غذاهایی مانند سوپ ، آش ، فرنی و ... که احتیاج به جویدن ندارد استفاده کنید .
- ✚ انجام فعالیت های متناسب با سطح تحمل ، سن کودک ، بهبودی و عدم تداخل با استراحت وی را برنامه ریزی کنید .
- ✚ در زمان بروز حمله سرفه :
- ✚ بهتر است او را به صورت قائم (ایستاده) نگه دارید ، چون این حالت به آسانتر شدن تنفس او کمک می کند .
- ✚ تنفس در هوای مرطوب در طول یک حمله کroup کمک می کند .
- ✚ بهداشت فردی مانند شستشوی مرتب دست و صورت را رعایت کنید .
- ✚ از تماس با افراد مبتلا به عفونت های تنفسی اجتناب کنید که بهترین راه پیشگیری از ابتلا به بیماری تنفسی است .
- ✚ استنشاق هوای سرد و مرطوب مثل حمام در کاهش تورم راه های هوایی موثر است . بنابراین بهتر است که کودکان را برای ۱۵ تا ۲۰ دقیقه در حمام مرطوب نگاهدارید و آب سرد را باز کنید (دقت کنید : ممکن است هوای گرم علی رغم رطوبت زیاد حال او را بدتر کند) . یا در هوای شب او را بیرون ببرید . (کافیس لباس گرم و کلاه به او بپوشانید . آنچه کودک شما نیاز دارد تنفس هوای سرد و مرطوب است .) حمام مرطوب ممکن است به درمان کمک کند اما سرفه ها را قطع نمی کند و ممکن است در طول شب هر بار که کودکان به علت سرفه از خواب بیدار می شود . لازم باشد حمام مرطوب را تکرار کنید .
- ✚ اگر عامل بیماری ویروس می باشد ، مسری است و بهتر است بیمار را تا زمانی که علائمش بهتر نشده است در منزل نگه دارید .
- ✚ بدون اجازه پزشک داروی ضد سرفه استفاده نکنید زیرا ممکن است به علت عدم تخلیه ترشحات تولید شده ، سرفه کودک را بدتر کنید .
- ✚ برای پایین آوردن تب فرزندان از مقدار مناسب استامینافن و ایبوپروفن طبق دستور پزشک استفاده کنید .
- ✚ اگر رطوبت و حمام مرطوب و هوای سرد هیچ تأثیری بر کاهش سرفه و تنفس راحت تر کودکان نداشته باشد پزشک او ممکن است برای کاهش التهاب و تورم ، سایر دارو ها را توصیه کند که تنفس او را راحت تر میکند .
- ✚ اگر فرزندان برای بار دوم به خروسک دچار شده آرامشی خود را حفظ کنید و به پزشک مراجعه نمایید .
- ✚ هر دوره کroup ممکن است متفاوت باشد ، بعضی اوقات ممکن است شدیدتر باشد و نیاز به درمان و توجه بیشتری داشته باشد .

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

- ❖ اگر علائم کودک بعد از ۳۰ دقیقه دریافت بخور ، بهتر نشد و علائم زیر را داشته :
- ❖ تنگی نفس شدید همراه با سیاه شدن لب ها و تو کشیدن قفسه سینه - ضعف و بی حالی شدید .
- ❖ سایر نگران کننده و یا اورژانسی .

واحد آموزش و پیشگیری بیمار

بیمارستان آیت الله علیمیرادیان

شماره تلفن ۰۲۴-۸۱۳۳۲۱۷۰۷۰ داخلی ۲۴۹