چه دارو درمانی

۱ - به هنگام استفاده از داروهای گشاد کننده راه های هوایی به ایجاد عوارضی مانند: بی اشتهایی، گیجی، اسهال، تپش قلب توجه و این موارد را به پزشک اطلاع دهید.

۲ - میزان داروها را خودسرانه افزایش ندهید.

۳ - کورتون ها را طبق دستور پزشک مصرف کنید و از قطع ناگهانی بپرهیزید. جهت کاهش تحریک معده کورتون ها را با غذا یا شیر یا شربت آنتی اسید میل نمایید. در درمان طولانی مدت با این دارو و رژیم کم نمک، پر پروتئین و پر از پتاسیم (زردآلو، موز، مرکبات، غلات و سبزیجات برگ دار سبز و...) استفاده کنید.

٤ - قبل از استفاده از اسپری های استنشاقی، اسپری را خوب تکان دهید، قطعه دهانی اسپری را روی دهان قرار داده و همزمان با انجام دم عمیق، به سمت بالای مخزن فشار وارد کنید. قطعه دهانی را بردارید و نفس را به مدت ۱۰ ثانیه نگهدارید تا دارو بهتر نفوذ کند و به آرامی بازدم را از طریق لب های غنچه شده خارج کنید.

٥ - در صورت تجویز کروموگلین سدیم ابتدا داروی گشاد کننده راه هوایی را استفاده کنید.

نکات مهم آموزشی

۱ - از رفتن به مکان های شلوغ و پر ازدحام پرهیز کنید.

۲ - از تماس با افراد سرما خورده پرهیز کنید.

۳ - از تماس با گردو غبار، سیگار، دود، موی حیوانات، لوازم آرایشی، عطرها، خوش بو کننده ها، نرم کننده های لباس، مواد پاک کننده، لباس های پشمی، سرما، گرما و مواد غذایی محرک، تینر و رنگ نقاشی اجتناب کنید.

٤ - از استرس و هیجانات عاطفی اجتناب کنید.

٥ - در صورت ایجاد حمله آسم با علایم احساس فشار در قفسه سینه سرفه، تنگی نفس، خس خس سینه بلافاصله داروهای استنشاقی را استفاده نمائید و سعی کنید آرام باشید. روی صندلی بنشینید، چشم ها را بسته به آرامی نفس بکشید.

نحوه انجام تنفس با لب های غنچه

۱ - به مدت ۳ تا ٥ ثانیه از بینی دم (فروبردن هوا به ریه ها ازطریق بینی) عمیق انجام دهید.

۲ - لب ها را غنچه کنید.

۳ - بازدم (خروج هوا از ریه ها ازطریق دهان) را از طریق دهان و لب های غنچه شده به طوری که عضلات شکم راسفیض و سفت کرده اید، انجام دهید

٤ - زمان بازدم دو برابر زمان دم باشد (۷ تا ۱۰ ثانیه)

نحوه انجام سرفه مؤثر

۱ - در وضعیت نشسته و کمی به جلو خم شده قرار بگیرد.

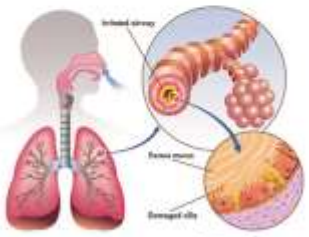
۲ - چندین بار تنفس عمیق و آرام (دم از بینی بازدم از دهان) انجام دهید.

۳ - یک دم عمیق کشیده و ۲ تا ۳ ثانیه نگه دارید.

٤ - دو یا سه سرفه پشت سرهم همراه با انقباض عضلات شکم انجام دهید.

٥ - ترشحات ریوی را خارج کنید.

٦ - بعد از سرفه دم عمیق انجام دهید.



منابع :
پرستاری داخلی - جراحی برونر سودارث ۲۰۱۸