



مرکز آموزشی درمانی

فوق تخصصی قلب و عروق فرشچیان

پمفلت آموزشی

شماره فرم: NO-FO-۳۱۵

آمبولی ریه



رژیم غذایی:

* مصرف مایعات به میزان کافی توصیه می شود.
* به منظور سلامت پوست مواد غذایی سرشار از پروتئین (ترجیحاً پروتئین گیاهی) مانند (عدس، سویا، نان گندم، غلات، حبوبات، مغزها ...) غذاهای حاوی ویتامین ب (شیر، حبوبات، گوشت) و ویتامین ث (مرکبات، توت فرنگی، گوجه فرنگی و انواع میوه جات و سبزیجات تازه) توصیه می شود.



* از مصرف غذاهای شور و چرب خودداری کنید.

* از انجام ورزش های پر برخورد، تزریقات عضلانی و زیر جلدی خودداری کنید.

* در صورت بروز خونریزی از لثه، خلط خونی، خون در ادرار، مدفوع قرمز یا قیری رنگ، خونریزی و قاعدگی شدید، کبودی وسیع پوست، تب و لرز، خستگی، زخم گلو، تهوع و استفراغ و شکم درد به پزشک مراجعه کنید.

* در صورت ایجاد بریدگی در دست و پا، اندام را بالاتر از سطح قلب قرار دهید و به مدت ۱۰ دقیقه آن را فشار دهید.

* در صورت مصرف وارفارین، مصرف غذاهای پرچرب و سرشار از ویتامین کا مانند (کلم، پیاز، کاهو، اسفناج، شلغم، ماهی و جگر) را محدود کنید زیرا در جذب وارفارین تداخل ایجاد می کند.

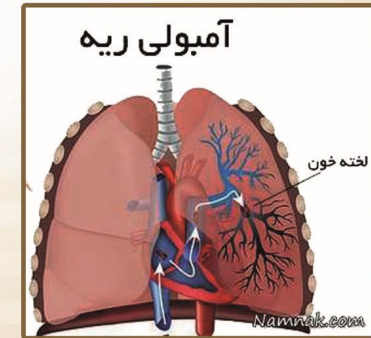
* از مصرف خودسرانه داروهای مانند: آسپرین، آنتی اسیدها، مسهل ها، ملین ها، آنتی بیوتیک ها و داروهای سرما خوردگی و ضدبارداری خوراکی که اثر وارفارین را کاهش می دهند، بدون تجویز پزشک خودداری کنید.



آدرس: همدان، بلوار شهید فهمیده مرکز آموزشی
درمانی فوق تخصصی قلب و عروق فرشچیان
تلفن: ۰۸۱۳۸۳۸۱۶۸۶ - ۳۸۳۸۱۷۴۰ شماره: ۰۸۱۳۸۳۸۱۶۸۶
وبسایت: www.hcvc.umsha.ac.ir

آمبولی ریه (PTE) :

این بیماری در اثر مسدود شدن شاخه ای از سرخرگ ریه به وسیله لخته ایجاد می شود. این لخته از رگهای دیگر بدن حرکت کرده و در رگهای کوچکتر، گیر می کند. لخته بیشتر از رگهای پا حرکت می کند. عواملی مانند: کاهش فعالیت، چاقی، شکستگی و دود سیگار در ایجاد لخته در رگها نقش دارند.



علائم بیماری :

تنگی نفس، افزایش تعداد نفس، افزایش ضربان قلب، خونریزی از ریه، اضطراب، سنکوپ و تعریق از علائم این بیماری است.

درمان :

از داروهای ضد انعقاد تزریقی جهت حل شدن لخته و یا کوچک کردن لخته استفاده می شود و بعد آن داروهای خوراکی به مدت ۳ تا ۶ ماه ادامه می یابد. استفاده از مسکن ها و اکسیژن نیز در بهبود علائم بیماری کمک کننده است.

نکات آموزشی :

۱- در چند روز اول بیماری نیاز به استراحت دارید.

جهت کاهش درد قفسه سینه و بهتر شدن تنفس در وضعیت نیمه نشسته قرار بگیرید.

۲- از ایستادن، نشستن و یا بی حرکتی طولانی مدت پرهیز کنید و هر ۲ ساعت حرکات ورزشی مثل تکان دادن پاها و انگشتان را انجام دهید.

۳- در صورتی که شما قادر به انجام حرکات ورزشی نیستید، حرکات ورزشی توسط فرد دیگری روی پاهای شما انجام شود. از ماساژ دادن شدید پاها خودداری کنید.

۴- در هنگام استراحت پاها را ۳۰ درجه بالاتر از سطح بدن قرار دهید. بالش زیر پاها قرار دهید و سعی کنید پاها از مفصل ران و زانو خم نشوند.

۵- از پوشیدن لباسهای تنگ، کمربند، جوراب دارای کش تنگ خودداری نمایید و از جوراب های الاستیک استفاده کنید.

۶- در هنگام مسافرت از نشستن طولانی مدت در ماشین خودداری کنید و مرتب وضعیت بدن را تغییر دهید.

۷- برنامه منظم پیاده روی داشته باشید و از انجام فعالیت زیاد خودداری کنید.

۸- در روز چندین بار تنفس عمیق انجام داده و سرفه های موثر انجام دهید.

۹- در صورت بروز تنگی نفس شدید، درد شدید قفسه سینه، سرفه، و دفع خلط خونی حتماً به پزشک مراجعه کنید.

۱۰- پاهایتان را روزانه بررسی کنید و در صورت تورم ساق پا و یا ایجاد درد در عضلات ساق پا (بعد از خم کردن پا به طرف عقب و یا تغییر رنگ و قرمزی پا) به پزشک مراجعه کنید.

دارو درمانی :

* داروهای تجویز شده (وارفارین) را طبق دستور پزشک مصرف کنید و آزمایشات خونی را در فواصل منظم طبق دستور انجام دهید و نتیجه را به پزشک اطلاع دهید.



* کتابچه وارفارین را به دقت مطالعه کنید و در هر بار مراجعه به پزشک آن را همراه خود داشته باشید تا جواب آزمایش و مقدار وارفارین در آن ثبت شود.