



آموزش به بیمار

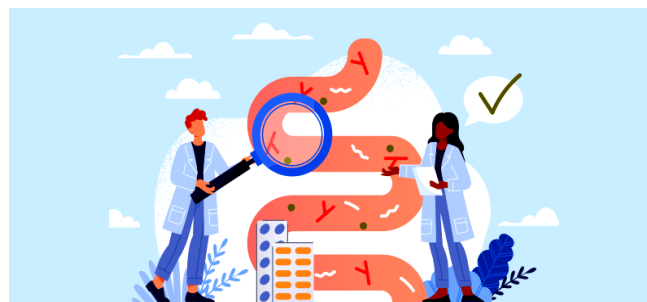
سپسیس (عفونت خون)



مرکز آموزشی پژوهشی
و درمانی شهید هاشمی نژاد
واحد آموزش به بیمار

مصورت داشتن علائم زیر با پزشک مشورت کنید:

- تب بالاتر از ۳۸ درجه سانتیگراد، یا تبی که از بین نمی رود
- لرز
- تنفس سریع
- ضربان قلب بالا
- فشارخون پایین یا احساس سبکی سر
- سردرگمی یا مشکلات بیدار ماندن



منبع : سایت www.medlineplus.gov

مشهد، طلاب، انتهای بلوار ابوریحان، بیمارستان شهید

هاشمی نژاد تلفن: ۰۵۱۳ ۲۷۳۷۰۱۱-۱۵ یا با شماره ۳۱۰۹

تماس گرفته و شماره بخش داخلی یک ۲۰۳۰ و داخلی دو ۲۵۰۵

را وارد نمایید.

سایت بیمارستان: hasheminejad.mums.ac.ir

کلینیک پرستاری آموزش سلامت واقع در کلینیک تخصصی همه

روزه به جز ایام تعطیل از ساعت ۸ الی ۱۲ پاسخگوی سوالات شما

می باشد تلفن داخلی کلینیک ۸۰۰۳ می باشد.

جهت دریافت محتوای آموزشی بارکد زیر را اسکن کنید.



رژیم غذایی :

رژیم غذایی مناسب برای کاهش التهاب و عفونت شامل مواد غذایی با ارزش غذایی بالا و ترکیباتی باشد که به تقویت سیستم ایمنی کمک کند.

آب نقش مهمی در بهبود گردش خون ایفا می‌کند. مصرف آب به میزان کافی به رطوبت پوست کمک کرده و از انباشت چربی زیرپوستی جلوگیری می‌کند.

برای تقویت سیستم ایمنی، از مکمل های ویتامین سی استفاده کنید. منابعی که بیشترین مقادیر این ویتامین را در خود دارند شامل توت فرنگی، کلم بروکلی، گریپ فروت، گوجه فرنگی، انبه، لیمو، گل کلم، سیب زمینی، هندوانه، اسفناج، کلم، مرکبات و کیوی به عنوان منابع گیاهی دارای ویتامین ث و جگر به عنوان منبع حیوانی دارای این ویتامین است.



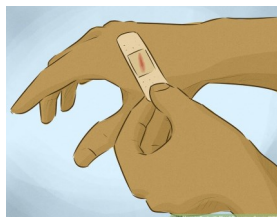
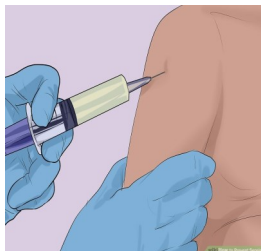
رژیم غذایی پرکالری و پرپروتئین همراه با مصرف میوه و سبزیجات تازه به همراه آب و مایعات فراوان به علت دریافت آنتی بیوتیکهای قوی توصیه می شود.

راههای پیشگیری چگونه است؟



دست خود را به طور منظم بشویید. یکی از مهم ترین راهها برای کنترل عفونت، شستن دست به طور منظم خصوصاً در زمان بستری در بیمارستان می باشد.

افراد مسن یا دچار نقص ایمنی و به همراه بیماریهایی مانند دیابت، بیشتر در معرض ابتلا به عفونت هستند پس با پزشک راجع به واکسیناسیون در برابر آنفولانزا، ذات الریه و... مشورت شود.

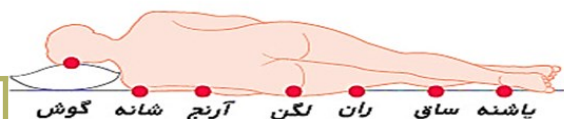
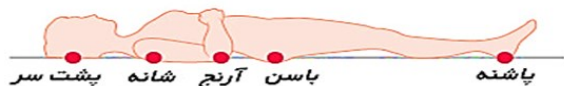


در صورت داشتن هر گونه زخم حتی بریدگی های سطحی، مراقبت از زخم جهت پیشگیری از بروز عفونت زخم انجام گردد.

فعالیت:

در دوران حاد بیماری استراحت داشته باشید و کم کم فعالیت های خود را از سر بگیرید. در صورت استراحت در بستر به نقاط تحت فشار جهت جلوگیری از بروز زخم توجه کنید.

نقاط تحت فشار



علائم سپسیس عبارتند از:



ضربان قلب سریع



فشار خون پایین



تب یا هیپوترمی



لرز



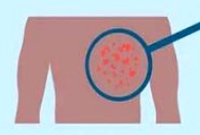
تعریق پوست



سردرگمی



تنگی نفس



بثورات سپسیس



درد یا ناراحتی شدید

درمان دارویی:

بر اساس نوع باکتری موجود در خون، پزشک آنتی بیوتیک مخصوص را تجویز و بیمار را بستری می کند و در صورت لزوم بیماردارد بخش مراقبت های ویژه بستری و تحت سرم درمانی واکسیژن درمانی قرار می گیرد.

مددجوی عزیز:

این پمفلت شامل اطلاعاتی در مورد بیماری شما است که رعایت آنها به بهبودی شما کمک می کند. امیدواریم با رعایت نکات ذکر شده در آن سلامت خود را بازبایید.



سپسیس چیست؟

عفونت خون یا سپسیس نوعی بیماری است که به علت مواد سمی تولید شده توسط عوامل عفونی مثل باکتری، ویروس یا قارچ ها و یا به دلیل سیستم دفاعی ضعیف بوجود می آید. در واقع افراد با سیستم دفاعی ضعیف بیشتر به این بیماری دچار می شوند.

افراد در معرض خطر:

- افرادی که سیستم ایمنی بدنشان بدلیل بیماری های مختلف مثل سرطان یا ایدز ضعیف و از کار افتاده است.
- افرادی که سیستم ایمنی آنها هنوز کامل نشده: بچه های شیر خوار و خردسال که دچار عفونتی می شوند ولی بطور کامل و درست درمان نمی شوند.
- افراد بسیار پیر همراه با بیماری زمینه ای مثل دیابت
- افرادی که پیوند انجام داده باشد یا شیمی درمانی می شوند و اشعه می گیرند و یا افرادی که آسیب ها و یا سوختگی های شدید دارند.
- افرادی که دارای عفونت هستند مانند: مننژیت، عفونت دستگاه ادراری، عفونت پوست (سلولیت)، آپاندیس پاره شده، عفونت ریه، عفونت مثانه و کلیه و روده ها و عفونتهای پس از جراحی ها.
- داشتن سوند های داخلی در بدن مانند سوند ادراری