



## آموزش به بیمار

### آمبولی ریه

#### آمبولی ریه



بیمارستان فوق تخصصی دکتر علی شریعتی

مدیریت پرستاری

واحد آموزش سلامت

#### راههای به حداقل رساندن خطر خونریزی زمانی که با

##### ضد انعقاد درمان می شوید:

- استفاده از ریش تراش برقی به جای تیغ
- نخ دندان و مسواک نرم
- با پای برهنه قدم نزنید.
- ناخن ها را به دقت بچینید.
- با فشار فین نکنید.
- از زور زدن هنگام دفع مدفوع خودداری کنید.

##### علائمی که باید فوراً به پزشک اطلاع داد

- حساسیت، ورم و یا درد اندام تحتانی
- درد ناگهانی قفسه سینه
- کوتاهی نفسها و یا افزایش در تعداد آن
- تشدید اضطراب یا بی قراری
- سرفه همراه با خلط خونی یا رگه های خون در خلط
- خونریزی غیر معمول

منبع: [www.Clinical key.com](http://www.Clinical key.com)

در صورت نیاز به توضیحات بیشتر با ۰۵۱۳۵۰۷۲۲۲۳ تماس بگیرید.



با ما همراه باشید در سایت بیمارستان شریعتی:



#### اجتناب از نشستن یا ایستادن در یک وضعیت

برای مدت طولانی، زمانی که ناگزیر از نشستن طولانی مدت هستید مانند سفر با هواپیما یا خودرو، هر چند وقت یکبار قدم بزنید یا حداقل انگشتان پا را خم و راست کرده و پاهای خود را حرکت دهید.

از روی هم انداختن پاها اجتناب کنید.

دراز کشیدن یا نشستن با قرار دادن چند بالش زیر زانوها میتواند موثر باشد.

تمرینات منظم مانند شنا، قدم زدن، دو چرخه سواری و بالا بردن پاها به طور دوره ای به خصوص زمانی که می نشینید حفظ وزن ایده آل بدن نسبت به سن و قد در پیشگیری از آمبولی موثر باشد.

سیگار کشیدن و استفاده از قرص های جلوگیری از حاملگی خطر تشکیل لخته مجدد را افزایش می دهد.

## مددجوی عزیز

مطالب پیش روی شما محتوی مطالب آموزشی برای مراقبت از بیماریتان می باشد. امیدواریم با رعایت نکات ذکر شده سلامت خود را بازیابید



## آمبولی

واژه آمبولی به معنی انسداد شریان به وسیله یک جسم متحرک است. این جسم متحرک به طور معمول یک لخته خون است، اما گاهی اوقات یک توده چربی، یک حباب هوا، تکه ای از یک تومور یا دسته ای از باکتری ها است. این جسم متحرک به یک رگ خونی واقع در ریه وارد شده، در آنجا گیر افتاده و مانع از جریان خون می شود.



## علائم و نشانه های آمبولی چیست ؟

- تنگی نفس ناگهانی
- اضطراب
- سرفه تولید کننده خلط خونی یا حاوی رگه های خون
- تعریق شدید
- افزایش ضربان قلب
- دقت کنید که علائم و نشانه های ناشی از انسداد ، به اندازه جسم متحرک و سلامت دستگاه قلبی - ریوی بستگی دارد .

## عوامل خطر

- عمل جراحی
- بستری شدن طولانی مدت یا عدم تحرک
- سکنه مغزی ، سکنه قلبی
- چاقی
- شکستگی لگن یا استخوان ران
- بیماری سل

## درمان

پزشک شما داروهای ضد انعقاد را برای پیشگیری از ایجاد لخته های بیشتر یا بزرگتر شدن لخته موجود تجویز می کند. در ابتدا به صورت داخل سیاهرگی تجویز می شود که اغلب همراه با آن وارفارین خوراکی نیز داده می شود.

## راههای پیشگیری

پس از هر نوع جراحی ، برای پیشگیری از تشکیل لخته ، پزشک شما را تشویق می کند که در اولین فرصت ممکن از جا بر خاسته و قدم بزنید و یا خودتان و یا فرد دیگری ، اندام های تحتانی شما را ورزش دهد. اگر قادر به حرکت نیستید اندام های تحتانی خود را بالا قرار دهید و جوراب واریس بپوشید.

از پوشیدن لباس تنگ مانند کمربند ، جوراب خیلی تنگ اجتناب کنید.