



آموزش به بیمار

پیشگیری از کرونا در

افراد با سابقه بیماریهای مزمن



بیماریهای مزمن



بیمارستان فوق تخصصی دکتر علی شریعتی

مدیریت پرستاری

واحد آموزش سلامت

۱ - داروهای مربوط به دیابت خود (قرص یا انسولین) را در طول

مدت بیماری ادامه دهید. در صورتی که نمی توانید آنها را مصرف کنید به پزشک معالج اطلاع دهید، چون ممکن است میزان داروهای مورد نیاز شما در طول مدت بیماری تغییر کند.

۲ - قند خون خود را به طور مرتب چک کرده و یادداشت کنید.

۳ - درجه حرارت خود را هر روز صبح و عصر چک کنید چرا که تب یکی از علائم عفونت می باشد.

۴- در صورتی که علائم زیر را داشتید سریعاً به مراکز بهداشتی

درمانی مراجعه کنید: -احساس ناخوشی زیاد به نحوی که به طور

عادی نمی توانید غذا بخورید. -اسهال و استفراغ شدید- دمای بدن

شما بیش از ۳۸ درجه سانتی گراد باشد. قند خون شما کمتر از ۶۰

و بیشتر از ۳۰۰ باشد- در تنفس مشکل داشته باشید. احساس خواب

آلودگی یا گیجی کنید. - در صورتی که علائم قند خون بالا مثل

خشکی دهان، بوی تنفس اسیدی یا عدم تعادل داشته باشید

توصیه های بهداشتی به افراد مبتلا به آسم جهت پیشگیری از ابتلا

به کرونا: در صورت تشدید تنگی نفس، تب و سرفه یا احساس

ناخوشی زیاد به پزشک معالج مراجعه کرده و دستورات دارویی لازم

را برای کنترل بیماری دریافت کنید.

منبع: www.WHO.com

در صورت نیاز به توضیحات بیشتر، می توانید با کلینیک پرستاری

آموزش سلامت از ساعت ۱۳-۸ تماس حاصل فرمایید.

۰۵۱۳۵۰۷۲۱۷۱



برای اطلاعات بیشتر با تلفن همراه بارکد زیر را اسکن کنید.



تب، بی حالی ضعف، سرفه، اختلال در تنفس و تنگی نفس

عفونت ریه و بطور کلی علائم سرماخوردگی و آنفولانزا از علائم



ابتلا به ویروس

کرونا می باشد.

راه های پیشگیری از این بیماری چه می باشد ؟

□ دستهای خود را مداوم با آب و صابون بشوئید. □ از دست

دادن و روبوسی کردن با افراد دارای علائم تنفسی بپرهیزید

□ دهان و بینی خود را هنگام سرفه و عطسه با دستمال و در صورت

نبودن دستمال، با قسمت بالای آستین بپوشانید. فاصله حداقل

یک و نیم متری را از افراد بیمار رعایت کنید. □ از تماس دست

آلوده به چشم، بینی و دهان خود بپرهیزید. □ از تردد در مکان

های شلوغ خودداری نمایید □ از مصرف خودسرانه آنتی بیوتیک

خودداری کنید. سیگار نکشید. واکسیناسیون خود را کامل کنید

□ از رها کردن دستمال کاغذی های مصرف شده در محیط

خودداری کنید □ در محیطهای شلوغ و سرپسته ماسک بزنید

نکات بهداشتی جهت پیشگیری از

ابتلای بیماران دیابتی به کرونا:



مددجوی عزیز

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

شایع ترین بیماری های هم زمان در مبتلایان به کووید ۱۹ عبارتند از فشارخون بالا، دیابت، چاقی، بیماری های قلبی عروقی و بیماری سیستم تنفسی مثل آسم و سل ریوی - بیماری کلیه ها و کبد و سرطان و... می باشد که دلیل عمده ۶۰ درصد از مرگ و میر و از کار افتادگی افراد در سراسر دنیا است. حال بینیم برای چه به این بیماری ها، بیماری های مزمن گفته می شود؟

بیماری مزمن بیماریست که زیاد طول می کشد

و یا ذاتاً بلند مدت هستند .

علل بیماری مزمن

رژیم غذایی ناسالم - بی تحرکی - مصرف سیگار
مصرف الکل - چاقی مفرط - عدم رعایت بهداشت
فردی و عمومی - ارث و ژنتیک

افراد دارای ضعف ایمنی/کبدی/ مصرف کنندگان کورتون / افراد

تحت شیمی درمانی/صرع/ نگرانی در بیماران مزمن این است که در انزو قرار بگیرند و از دسترسی به مراقبت های درمانی معمول خود خودداری نمایند تا خطر ابتلا به کرونا و ویروس و عوارض ناشی از آنرا به حداقل برسانند

با مراجعه حضوری کمتر، کانال های ارتباطی بیماران

مزمن با پزشکان و کادر درمان قطع می شود .

یکی از گروه های پر خطر ابتلا به کووید ۱۹ سالمندان دارای سابقه بیماری های زمینه ای هستند. با این وجود بسیاری از بیماران سالخورده مبتلا به ویروس کرونا ممکنست پس از آلوده شدن به این ویروس



” خاموش “ به

نظر بر سندیوا

علائم غیر

اختصاصی

مانند کاهش

فعالیت، خواب آلودگی، عدم تمایل به غذا، بی تفاوتی و گنجی، هذیان، از دست دادن آگاهی نسبت به محیط اطراف، اختلال در تکلم، بی اختیاری ادرار، سقوط متعاقب آن از دست دادن تعادل و از حال رفتن داشته باشند.

توجه : تب علامتی است که در سالمندان

بخصوص کهنسالان ممکن است پنهان باشد.

در صورتی که دمای بدن سالمند ۳۷/۷ باشد، لازم است مورد بررسی های تشخیصی بیشتری قرار گیرد

بیماران مزمن مانند نارسایی قلبی، اختلالات عروقی و سابقه آسم و ... چون علائم تنفسی ناشی از کرونا (سرفه و تنگی نفس) را در حالت عادی، تجربه می کنند. به همین دلیل تشخیص کرونادر بیماری های مزمن سخت تر از سایر افراد است.

مهم : افراد با سابقه بیماری زمینه ای بیشتر از دیگران



دچار نوع شدید کرونا و علائم

تنگی نفس می شوند که می

تواند منجر به مرگ بیمار شود

راه های ابتلا: عطسه، سرفه و

ترشحات بینی و دهان فرد مبتلا دکوتاه ترین زمان میتواند



اطرافیان وی را دچار این ویروس نماید. به همین دلیل به محض رویت علائم این بیماری باید به مراکز بهداشتی مراجعه نمود.