



آموزش مراقبت در بیمار با کاهش سطح هوشیاری

مراقبت از چشم، دهان و کنترل تب

مراقبت از چشم

چشم عضو حساس و مهمی است که در بعضی موارد آسیب وارد شده به آن غیر قابل بازگشت است. پس لازم است نحوه مراقبت از چشم را بیاموزید. همان طور که می دانید پلک زدن طبیعی باعث تمیز شدن و مرطوب نگه داشتن سطح چشم می شود. با هر بار پلک زدن، سطح چشم رطوبت لازم خود را دریافت می کند. چشم سالم، قرمز نیست و یاترشحات چرکی در گوشه چشم و یا مژه ها وجود ندارد.



اگر بیمار قادر به پلک زدن نیست و چشم بیمار همیشه بسته یا باز است باید مراقبت لازم از آن را انجام دهیم .

وسایل مورد نیاز : سرم شستشو یا آب جوشیده سرد شده، گوش پاک کن، پنبه، اشک مصنوعی

1. ابتدا چشم را از نظر قرمزی، خشکی و ترشحات بررسی کنید. در صورتی که چشم بیمار ترشحات چرکی دارد یا قرمز است با پزشک مشورت نمایید. چشم بیمار را با پنبه آغشته به سرم شستشو یا آب ولرم از قسمت داخلی به قسمت خارجی چشم پاک کنید. این کار باعث می شود عفونت، وارد مجرای اشک نشود.
2. سپس با یک گوش پاک کن مرطوب شده با سرم شستشو یا آب ولرم بین مژه های بالا و پایین را به خوبی تمیز کنید. برای هر چشم از گوش پاک کن جدا استفاده نمایید، این کار باعث کنترل عفونت چشم می شود.
3. اگر بیمار پلک نمی زند سطح چشم خشک میشود. طبق دستور پزشک از اشک مصنوعی استفاده کنید به این صورت که پلک زیرین را با انگشت پایین بکشید و قطره چشم را بین پلک زیرین و سفیدی چشم بچکانید سپس پلک پایین را با آرامی آزاد کنید تا قطره جذب شود. هیچ گاه قطره را مستقیم روی سیاهی چشم نچکانید این کار ممکن است باعث آسیب به چشم شود.
4. در صورتی که بیمار باید همزمان از 2 یا چند قطره استفاده کند باید بین هر قطره 15 دقیقه فاصله بگذارید تا مانع از بین رفتن اثر داروها شوید.
5. اگر بیمار باید همزمان از پماد چشمی استفاده کند، اول چشم را به نحوی که گفته شد تمیز کنید، سپس قطره را بچکانید و بعد پماد را از قسمت داخلی چشم در بین پلک زیرین و سفیدی چشم بکشید.
6. اگر چشم بیمار همیشه باز است و پلک نمی زند بعد از انجام کارهای بالا آن را با یک گاز تمیز بپوشانید ، چسب بزنید و یا از پماد چشمی ساده در چشم استفاده نمایید.

دهان شویه :

حفظ بهداشت دهان و دندان در بیماران از اهمیت خاصی برخوردار است. زیرا نوع و میزان ترشحات بزاق دهان بیمار به علت آسیب های وارد شده، تغییر می کند. همچنین مصرف انواع داروها بر روی کیفیت بزاق تأثیر می گذارد و باعث ایجاد بوی نامطبوع در دهان می شود. در این بیماران پوسیدگی دندان، آفت (پلاک های سفید) و دیگر عفونت های دهان بیشتر دیده می شود. در صورتی که بیمار شما قادر به مسواک زدن و تمیز کردن دهان خود نیست شما باید این کار را انجام دهید.

برای انجام این کار می توانید مانند افراد عادی از مسواک و خمیردندان استفاده نمایید. اما توجه داشته باشید به علت آسیب پذیری لثه ها و امکان خونریزی باید از مسواک های نرم استفاده کنید. در صورتی که بیمار قادر به دور ریختن آب دهان خود نباشد می توانید از دستگاه ساکشن جهت تخلیه محتویات دهان استفاده نمایید.



1. برای بهتر پاک شدن پلاک ها (لکه های سفید درون دهان) از محلول کلر هگزیدین که به صورت آماده در داروخانه موجود است یا آب نمک رقیق استفاده نمایید. به گونه ای که محلول باید 30 ثانیه در دهان باقی مانده و سپس مقدار اضافی آن را ساکشن کنید و از آب کشی مجدد دهان خودداری شود.
2. هنگام مسواک زدن باید روی زبان و درون حفره دهان را نیز مسواک کنید.
3. مسواک زدن و تمیز کردن دهان در بیمارانی که قادر به تغذیه از راه دهان نمی باشند باعث تحریک اشتها بیمار می شود .
4. بعد از هر بار تغذیه مراقبت های دهان و دندان را انجام دهید .
5. مسواک زدن باعث تقویت لثه ها و بهبود جریان خود در لثه می شود. این کار از لق شدن و پوسیدگی دندان جلوگیری می کند. بنابراین سعی کنید حداقل روزی 3 بار این کار را انجام دهید.



کنترل تب

در کنترل تب بیمار ضروری ترین و مهم ترین مسئله، عامل ایجاد کننده تب است. اما اگر بیمار تب داشت جهت کاهش درجه حرارت چندین راه وجود دارد

1. پاشویه
2. داروها
3. مایعات خنک
4. شیاف

پاشویه:

پاشویه را باید با آب ولرم انجام داد. باید دقت کنید آبی که برای بیمار استفاده می کنید نباید سرد باشد. صورت بیمار را با یک دستمال مرطوب پاک کنید تا کمی خنک شود. سپس پاهای بیمار را در لگن آب ولرم قرار دهید. کشاله ران، زیر بغل و روی شکم را با حوله مرطوب بپوشانید. هر چند دقیقه یک بار این کار را انجام دهید تا زمانی که درجه حرارت بدن پایین بیاید. توجه داشته باشید یکی از مؤثرترین راه های کنترل تب، پاشویه است.

نوشیدن مایعات خنک:

خوراندن مایعات خنک در کاهش دمای بدن بسیار موثر است، همچنین از کم آبی بیمار پیشگیری می کند.



داروها:

طبق دستور پزشک می توانید از داروهای خوراکی مانند استامینوفن برای کم کردن درجه حرارت بدن استفاده کنید.

شیاف:

یکی دیگر از روش های کاهش درجه حرارت بدن، استفاده از شیاف هایی مانند شیاف استامینوفن است.

واحد آموزش به بیمار

پاییز 1400