

دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین بستری

فلوتر و فیبریلاسیون بطنی

همکار محترم پرستاری بیمارستان با توجه به دستورالعمل جامع خودمراقبتی و آموزش بیمار، الزامی است آموزش بیمار حین بستری و تریخیص

فلوتر و فیبریلاسیون بطنی طبق این دستورالعمل و حداقل محتوای زیر انجام گیرد

❖ اقدامات قبل از عمل جراحی جایگذاری دستگاه الکتروشوک (دیفیبریلاتور) در قلب

- ✓ از نیمه شب قبل از عمل جراحی باید از خوردن و آشامیدن بپرهیزد.
- ✓ قبل از انجام جراحی به شما داروی آرامبخش داده می شود تا احساس راحتی کنید و به همین خاطر ممکن است در حین عمل به خواب بروید.
- ✓ همچنین برای پیشگیری از عفونت به شما داروی آنتی بیوتیک داده می شود.
- ✓ پزشک برای انجام جراحی، در محل قرار دادن دستگاه دیفیبریلاتور (الکتروشوک) بی حسی موضعی تزریق می کند.
- ✓ قبل از عمل باید کلیه لباس های خود را در آورده و لباس مخصوص اتاق عمل را بپوشید.
- ✓ ترجیحاً قبل از عمل مثانه خود را تخلیه کنید.
- ✓ کلیه زیورآلات و وسایلی مانند ساعت و ... را قبل از عمل از خود جدا کنید.
- ✓ در صورت داشتن آرایش و لاک، آن ها را پاک کنید.
- ✓ اگر بیماری خاصی دارید و تحت درمان می باشید، حتماً پزشک خود را در جریان قرار دهید.
- ✓ لیستی از کلیه داروهای مصرفی خود را قبل از عمل در اختیار پزشک قرار دهید. شاید لازم باشد مصرف برخی از داروها قبل از عمل قطع شود.

❖ اقدامات بعد از عمل جراحی جایگذاری دستگاه الکتروشوک (دیفیبریلاتور) در قلب

- ✓ با مشورت با پزشک سه تا چهار روز بعد از جایگزاری دستگاه الکتروشوک (دیفیبریلاتور) شما قادر به حمام کردن خواهید بود.
- ✓ بعد از جایگزاری دستگاه الکتروشوک (دیفیبریلاتور)، تا زمانی که برای اولین چک آپ خود به منظور بررسی عملکرد دستگاه نزد پزشک معالج نرفته اید، دست آن سمت از بدن خود، که دستگاه الکتروشوک (دیفیبریلاتور) در آن سمت جایگذاری شده است را پایین تر از سطح شانه خود نگه دارید.
- ✓ برای جلوگیری از بی تحرکی بیش از حد دست، هر چند وقت یک بار ورزش های آرام شانه و دست را انجام بدهید.
- ✓ هر چند وقت یک بار باید میزان برون ده یا قدرت الکتریکی دستگاه تنظیم شود. برای تنظیم آن از یک دستگاه کنترل از راه دور استفاده می شود.
- ✓ به محض بهبود وضعیت عمومی خود پس از ۴ تا ۶ هفته، فعالیت های عادی روزانه خود را آغاز کنید.

❖ رژیم غذایی

- ✓ مصرف محصولات حاوی کافئین مثل قهوه، شکلات، چای و الکل را محدود یا حذف نماید.
- ✓ از یک رژیم غذایی کم چرب و کم نمک حاوی انواع ویتامین ها پیروی کنید.
- ✓ مصرف سبزیجات و میوه های تازه را افزایش دهید.

❖ فعالیت

- ✓ در صورتی که دچار سرگیجه و سبکی سر شدید به آرامی از حالت خوابیده به حالت نشسته یا ایستاده تغییر حالت دهید.
- ✓ به منظور بهبود جریان خون در بدن دست ها و پاهای خود را به آرامی تکان دهید.
- ✓ در صورت تمایل به خارج شدن از تخت و راه رفتن، ابتدا پاهای خود را از تخت آویزان کرده و در صورت نداشتن سرگیجه به کمک همراه یا تیم مراقبتی راه بروید.
- ✓ در صورت داشتن دستگاه الکتروشوک از انجام حرکات های ناگهانی و خشن که ممکن است منجر به تکان خوردن، بلند شدن یا جدا شدن ناگهانی دست از بدن شود خودداری نمایید.
- ✓ از بلند کردن اجسام سنگین خودداری کنید.

❖ مراقبت

- ✓ دارو، طبق دستور پزشک و در فواصل منظم به شما داده خواهد شد.
- ✓ از دستکاری کردن کلیه تجهیزات متصل به خود خودداری کنید.
- ✓ در صورت داشتن درد به پرستار اطلاع دهید تا کلیه اقدامات لازم صورت گیرد.
- ✓ در صورتی که دارای دستگاه الکتروشوک (دیفیبریلاتور) قلبی باشید به نکات زیر توجه کنید:
- ✓ از وارد شدن هر گونه ضربه، خراش و فشار به محلی که دستگاه در بدن شما کار گذاشته شده است پیشگیری کنید.
- ✓ ممکن است شما بعد از جایگزاری دستگاه الکتروشوک یا دیفیبریلاتور تا مدتی از لحاظ روحی احساس اضطراب و ناراحتی داشته باشید، این احساس امری طبیعی است و بهتر است به جای مخفی کردن این احساس با آن روبه رو شده و جهت مقابله با آن با پزشک خود مشورت کنید.

دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین ترخیص

فلوتر و فیبریلاسیون بطنی

❖ رژیم غذایی

- ✓ مصرف محصولات حاوی کافئین مثل قهوه، شکلات، چای و الکل را محدود یا حذف نماید.
- ✓ از یک رژیم غذایی کم چرب و کم نمک حاوی انواع ویتامین ها پیروی کنید.
- ✓ مصرف سبزیجات و میوه های تازه را افزایش دهید.

❖ فعالیت

- ✓ از فعالیت های شدید اجتناب کنید.
- ✓ اگر در حین انجام هر گونه فعالیتی دچار سبکی سر یا درد سینه شدید، بلافاصله تمرینات را قطع کنید.
- ✓ در صورتی که دچار سرگیجه و سبکی سر شدید به آرامی از حالت خوابیده به حالت نشسته یا ایستاده تغییر حالت دهید.
- ✓ در صورت داشتن اضافه وزن حتماً وزن خود را کم کنید و همواره سعی در حفظ وزن متعادل داشته باشید.
- ✓ از مصرف سیگار اجتناب کنید.
- ✓ در صورت داشتن دستگاه الکتروشوک نکات زیر با به خاطر بسپارید:
- ✓ از انجام حرکت های ناگهانی و خشن که ممکن است منجر به تکان خوردن، بلند شدن یا جدا شدن ناگهانی دست از بدن شود خودداری نمایید.
- ✓ تا حدود شش هفته بعد از عمل جراحی شما قادر به رانندگی نخواهید بود.
- ✓ سعی کنید فعالیت های بسیار سبک روزانه خود را حفظ کنید. به عنوان مثال روزانه در یک مسافت کوتاه پیاده روی کنید یا صرفاً به منظور بهبود جریان خون در بدن دست ها و پا های خود را تکان دهید.
- ✓ با مشورت با پزشک و تا حدود یک هفته بعد از عمل جراحی از بلند کردن اجسام سنگین خودداری کنید.

❖ مراقبت

- ✓ به طور منظم جهت کنترل بیماری به پزشک معالج مراجعه کنید.
- ✓ دارو را طبق دستور پزشک و در فواصل منظم مصرف کنید و از خود درمانی بپرهیزید.
- ✓ از قطع یا افزایش دارو بدون اجازه پزشک خودداری کنید.
- ✓ فشار روحی روانی در تشدید بیماری نقش بسزایی دارد و عوامل استرس زا را در زندگی خود بشناسید و انواع روش های کنترل استرس و اضطراب را یاد بگیرید. در صورت لزوم با یک روانشناس در این خصوص مشورت کنید.
- ✓ در صورتی که شما دارای دستگاه ضربان ساز قلبی باشید به نکات زیر توجه کنید:
- ✓ از وارد شدن هر گونه ضربه و خراش به محلی که دستگاه در بدن شما کار گذاشته شده است پیشگیری کنید.
- ✓ از قرار گرفتن در میدان مغناطیسی و مسیر برق های فشار قوی، هر گونه آهن ربا و یا ابزارهایی که دارای آهن ربا هستند مثل رادیو که در بلندگوی آن آهن ربا وجود دارد خودداری کنید.
- ✓ طول عمر باتری دستگاه ضربان ساز ۶ تا ۷ سال می باشد.
- ✓ پس از تعویض دستگاه ضربان ساز به علت تمام شدن عمر باتری آن دوباره کلیه نکات مراقبتی که پس از اولین جایگذاری رعایت کرده اید را باید رعایت کنید.
- ✓ پس از جایگذاری دستگاه ضربان ساز برای بار دوم، این دستگاه ممکن است به شما شک وارد کند. و پس از آن شما به سرعت رو به بهبود خواهید رفت.
- ✓ پس از اولین شک وارد شده، برای چک کردن وضعیت دستگاه ضربان ساز خود به پزشک خود مراجعه کنید. پس از آن دیگر لازم نیست که پس از هر بار شک ایجاد شده به پزشک مراجعه کنید مگر در شرایطی که احساس ناخوشی کنید و وضعیت عمومی شما بهبود نیابد.
- ✓ هر چند وقت یک بار باید میزان برون ده یا قدرت الکتریکی دستگاه تنظیم شود. برای تنظیم آن از یک دستگاه کنترل از راه دور استفاده می شود.
- ✓ ممکن است شما بعد از جایگزینی دستگاه الکتروشوک یا فیبریلاتور تا مدتی از لحاظ روحی احساس اضطراب و ناراحتی داشته باشید، این احساس امری طبیعی است و بهتر است به جای مخفی کردن این احساس با آن روبه رو شده و جهت مقابله با آن با پزشک خود مشورت کنید.

❖ زمان مراجعه بعدی

- | | | |
|-----------|------------|--|
| ✓ تپش قلب | ✓ درد سینه | ✓ تنگی نفس |
| ✓ گیجی | ✓ سنکوپ | ✓ در صورت مشاهده سایر علائم نگران کننده. |