

خود مراقبتی در ICH



کدفرم: M.p.ph/84NM

ICU / 1404

علائم هشدار

اگر شما با یکی از اعضای خانواده تان هر یک از علائم خونریزی مغزی را داشته باشید. این یک وضعیت اورژانسی است:

- در صورت عود علائم پس از جراحی
- در صورت وجود «سنت» مغزی
- چنانچه در اثر حادثه-ای مانند تصادف «سنت» از کار افتاد و علائمی مانند تحریک پذیری و استفراغ-های مکرر، اختلال در هوشیاری و بینایی ایجاد شد، باید بیمار را به سرعت به مرکز درمانی منتقل کرد.



منبع یا منابع: درسنامه جامع پرستاری

با آرزوی سلامتی برای شما، جهت کسب اطلاعات و پیگیری، می توانید از راههای زیر اقدام فرمایید:

آدرس: لاهیجان، ابتدای ضلع شمالی بزرگراه لاهیجان به لنگرود

شماره تماس: ۰۱۳-۴۲۴۴۵۲۵۲

وبسایت بیمارستان: www.milad-hospital.com

اینستاگرام: MiladHospital.Lahijan

رژیم غذایی و تغذیه

با توجه به وضعیت بیمار رژیم غذایی وی به صورت زیر تنظیم می شود:

ممکن است لوله ای داخل بینی برای تغذیه یا تخلیه ترشحات معده گذاشته شود و تغذیه از این طریق انجام گیرد.

برخی از بیماران، مشکلات بلعی دارند و تغذیه سریع، می تواند باعث ورود غذا به مجاری تنفسی و ایجاد حالت خفگی یا ذات الریه شود. پس غذا خوردن باید کاملاً با احتیاط باشد و از غذاهای مایع و رقیق شروع و به تدریج به مقدار آن افزوده شود.

جهت پیشگیری از یبوست از رژیم پرفیبر (میوه ها و سبزیجات) حاوی سبوس و مایعات فراوان استفاده کنید.

از یک رژیم غذایی سالم و کم چرب پیروی کنید. در صورت مصرف الکل یا نوشیدنیهای کافئین دار، آن را از رژیم غذایی خود حذف نمایید.

مراقبت

ممکن است مدتی قادر به حرکت نباشید و نتوانید موقع راه رفتن تعادل خود را حفظ کنید و زمین بخورید. پس نظارت و کمک اطرافیان هنگام راه رفتن شما ضروری است. به تنهایی اقدام به راه رفتن نکنید. از چرخاندن بیش از حد سر خودداری کنید.

از سرفه، عطسه و باد انداختن در بینی خودداری کنید. زیرا باعث فشار آمدن به ناحیه عمل خواهد شد.

خونریزی مغزی

هنگامی که یک سرخرگ در مغز پاره می شود و خون وارد بافت آن می شود ، خونریزی مغزی رخ می دهد . این خونریزی باعث مرگ سلول های مغزی می شود. در واقع خونریزی مغزی یک نوع سکته مغزی است.

از عللی که باعث ایجاد خونریزی مغزی میشود میتوان به موارد زیر اشاره نمود:

- آسیب به سر که شایع ترین علت میباشد.
- تومور مغزی
- عفونت در هر قسمت از دستگاه عصبی مرکزی.
- پارگی یک آنوریسم یا قسمت ضعیف شده یک شریان که از هنگام تولد وجود داشته است. غالباً قبل از پارگی، فشار خون بالا یا تصلب شرایین وجود دارد.
- مشکلات خونریزی دهنده مانند کم خونی سلول داسی شکل، لوسمی یا سرطان خون و هراختلالی که عارضه جانبی یک داروی تجویز شده باشد
- مصرف داروهای حل کننده لخته و ضد انعقادی
- فشار خون بالا

علائم

- سردرد
- خواب آلودگی، گیجی، تشنج یا اغما
- اختلالات بینایی
- استفراغ بدون تهوع و جهنده
- مردمک هایی به اندازه متفاوت (گاهی اوقات)
- کرختی، ضعف یا عدم توانایی حرکت دادن یک طرف بدن
- ضربان قلب و تنفس سریع
- سفتی گردن همراه با درد در هنگام حرکت

درمان

- جراحی برای توقف خونریزی و برداشتن خون لخته شده
- داروهایی که تورم و فشار مغز را کاهش دهند و در صورت نیاز سایر علائم مانند تشنج را کنترل کنند.

درمان توانبخشی:

بسیاری از بیمارانی که بیماری آنها به موقع تشخیص داده شده و درمان شده اند، با اقدامات بازپروری، فیزیوتراپی، گفتاردرمانی و کاردرمانی توانسته اند زندگی عادی و طبیعی داشته باشند.

عوارض احتمالی

- به دنبال خونریزی مغزی عوارض زیر ممکن است در فرد ایجاد شود:
- مرگ یا ناتوانی دائمی شامل فلج نسبی یا کامل، تغییرات، رفتاری و شخصیتی و مشکلات گفتاری
 - ورم مغز و افزایش فشار داخل جمجم
 - عوارض جراحی مانند عفونت و خونریزی
 - عوارض بیهوشی مانند حساسیت به داروها

فعالیت

در زمانی که فرد دچار خونریزی مغزی میشود لازم است فعالیت -های خود را به صورت زیر تنظیم نماید: استراحت مطلق در بستر تا برطرف شدن کامل خونریزی پس از درمان در صورتی که برخی از کارکردهای حرکتی خود را از دست داده باشید، کاردرمانی و فیزیوتراپی به شما کمک خواهند کرد تا برای به دست آوردن مجدد مهارتهای پایه مانند غذا خوردن، لباس پوشیدن و توالی رفتن از اندامهای آسیب دیده خود استفاده کنید.

پس از بهبود، تا حدی که میتوانید، فعالیت در زمان قبل از ابتلا به این بیماری را از سر بگیرید. بهبودی ۶ تا ۱۲ ماه طول می کشد.