

**۶. مراقبت در منزل :**

- به منظور جلوگیری از نزدیک شدن شانه به بدن بایستی یک بالش زیر بازو قرار داد .
- مفاصل دورتر بالاتر از مفاصل نزدیکتر قرار داده شود ، مثلا آرنج بالاتر از شانه و مچ بالاتر از آرنج قرار گیرد .
- بیمار هر دو ساعت در تخت جا به جا شود تا از ایجاد زخم بستر جلوگیری شود .
- بهداشت دهان رعایت شود .
- روزانه پوست بیمار را با یک ماده نرم کننده مثل روغن بادام ماساژ داده تا از خشک شدن پوست جلوگیری شود .
- ناحیه پشت را از نظر قرمزی و زخم و مورد بررسی کنید و در صورت مشاهده قرمزی در پوست بیمار را به سمت مخالف بچرخانید و پوست را ماساژ دهید و در معرض هوا قرار گیرد .
- ملحفه زیر بیمار نباید چروک و خیس باشد .
- پوست به صورت مرتب با آب و صابون یا شامپو بچه شستشو شود و در صورت بروز زخم حتما جهت اقدامات بعدی به پزشک مراجعه شود .
- بیمار را می توان به مدت محدود روی قسمت آسیب دیده خوابانید ، مثلا ۳۰ دقیقه
- بیمار را تشویق کنید از نیمه سالم بدن استفاده کند تا احساس قدرت بیشتری داشته باشد .
- لباس بیمار را از قسمت آسیب دیده بر تن کنید .
- در صورتی که فرد در پلک زدن دچار مشکل است بهتر است از قطره اشک مصنوعی استفاده شود .
- بی خوابی معمولا شایع است . روشن بودن چراغ و سر و صدا می تواند موجب بی خوابی گردد ، تجویز آرام بخش طبق دستور پزشک نیز به بیمار کمک می کند
- استفاده از وسایل کمک حرکتی مانند عصا - واکرو و ...
- در صورت بی قراری و حرکات غیر ارادی اطراف تخت و یا رخت خواب بیمار نرده و بالش گذاشته شود .
- وسایل گرما زا و برقی در نزدیکی بیمار نباشد .
- هنگام تغییر پوزیشن بیمار و چرخش بیمار مراقب راه هوایی باشید تا خفه گی پیش نیاید .
- اندازه گیری مکرر فشار خون - قطع مصرف سیگار و الکل ، انجام منظم ورزش و قطع مصرف نمک و غذای چرب
- در صورت سونداژ ، کدر یا خونی رنگ ادرار بهتر است سوند تعویض شود ، در غیر اینصورت طبق هماهنگی با پزشک تعویض شود .
- در بیمارانی که لوله معده و یا تراکتوستومی دارند هوای تنفس آن ها به دلیل خشکی مخاط مرطوب نیست و در چنین شرایطی بهتر است با استفاده از دستگاه بخور و مرطوب کردن هوا از این امر پیشگیری شود .
- فیزیوتراپی تنفسی بسیار اهمیت دارد . بیمار را تشویق کنید که سرفه کند و تنفس عمیق داشته باشد . با ضربه های ملایم به پشت بیمار یا کف دست در حد توان به خروج ترشحات کمک کرد .
- در صورتی که حین تغذیه بیمار به سرفه بیافتد و قادر به بلعیدن نباشد یا حین بلع احساس درد و ناخوشی داشته باشد ، دیگر از راه دهان چیزی به او ندهید و به پزشک مراجعه کنید .
- در صورتی که هوشیاری بیمار کمتر شد ، دیگر از راه دهان چیزی به او ندهید و به پزشک مراجعه کنید .
- انجام آزمایش ها هر چند وقت یک بار لازم است تا الکترولیت ها در سطح متعادل قرار بگیرد . طبق دستور پزشک انجام شود.

**۷. زمان مراجعه بعدی و علائم هشدار :**

- در صورت بروز : بی حسی یا ضعف ناگهانی در صورت ، بازوها ، پاها بویژه در یک سمت از بدن ، گیجی ناگهانی و یا مشکل ناگهانی در صحبت کردن و فهمیدن صحبت دیگران ، در بینایی یک یا هر دو چشم ، در پیاده روی سرگیجه ، عدم تعادل ، عدم شنوایی ، یا عدم هماهنگی ، سردرد ناگهانی شدید و بی سابقه و بدون دلیل مشخص یا تغییر در روند سردرد هایی مثل میگرن که از قبل داشته اید سریعا با شماره ۱۱۵ تماس بگیرید .
- به طور منظم جهت ادامه درمان به پزشک مراجعه کنید .
- سایر موارد نگران کننده اورژانسی با ۱۱۵ تماس و یا اورژانس بیمارستان مراجعه نمایند .

منبع :

- پرستاری داخلی و جراحی برونر و سودارث- بیماری های مغز و اعصاب و مراقبت های پرستاری در بخش های ویژه
- کلیات استاندارد های مراقبتی و حرفه ای پرستاری

با آرزوی سلامتی و تندرستی

\*شماره تماس جهت پاسخگویی به سوالات شما ( ۰۸۷۳۵۲۲۰۱۵۰ داخلی ۴۵۶ )