

اسم

(جهت آموزش به همراه همراه)

تهیه کننده: ف. مهدوی فر

اردیبهشت 1392

6- اسپری دهانی شماره 1 استفاده به صورت عمودی طراحی شده

است بنابراین بهتر است که در هنگام استفاده از آن در حالت نشسته یا ایستاده قرار بگیرد

7- تاحدی که برایتان امکان پذیر و راحت هستید، نفس خود را بیرون دهید.

8- اسپری را به صورت عمودی در دست بگیرید و انگشت شست خود را زیر قسمت دهانی قرار بگیرید

9- پس قطعه دهانی را بین دندانها قرار دهید و بهاراد اطراف آن بینید ولی آن را گاز نگیرید.

10- در هنگامی که تنفس به داخل (دم گرفتن) را از دهان آغاز

کرده اید همراه با تنفس آرام و عمیق با فشار دادن بالایی اسپری به پایین یک پاف از اسپری بزنید.

11- نفس خود را برای مدت 10 ثانیه حبس کنید اسپری را از

دهان جدا کرده و انگشت خود را از بالای اسپری بردارید به حبس نفس خود برای چند ثانیه دیگر ادامه دهید.

12- اگر لازم است یک پاف دیگر استفاده کنید اسپری را در حالت عمودی نگاه دارید.

نکته:

پس از آخرین پاف دهان خود را با آب شسته و آن را بیرون بریزید

پس از استفاده همیشه پوشش قطعه دهان را در جای خود قرار دهید تا از

ورود گرد و خاک و پرز به آن جلوگیری کنید پوشش قطعه دهانی را روی

قطعه دهانی قرار دهید تا با شنیدن صدا از بسته شدن آن اطمینان

حاصل کنید

منبع:

پرستاری داخلی-جراحی، بروز و سودارث، سالمی، 1391

مراجعه کننده گرامی ضمن خوش آمدگویی به شما که این مرکز را جهت درمان خود انتخاب نموده اید این راهنما جهت اطلاع رسانی به شما تهیه شده است در صورت نیاز به حرکت راهنمایی بیشتر می توانید با شماره تلفن 66783120 ای 28 داخلی 300-

304 تماس بگیرید.

آسم نوعی اختلال در ریه می باشد که نیاز به درمان طولانی مدت است

عوامل تشدید کننده بیماری: ترکیبات حساسیت زا

مثل گرد و غبار ، پر، گرده گل ، حیوانات ، عطر ، پودرها ، آلودگی هوا ، عفونت های تنفسی ، استرس ، عصبانیت ، سرمای هوا، خستگی و ورزش

علامت: خس خس سینه ، سرفه، تنگی نفس ، درد و

سفتی در قفسه سینه ، افزایش ضربان قلب ، پوست کم رنگ و عرق کرده ، اضطراب

عوارض: آسم طولانی مدت ، پنومونی ، حملات

تنفسی ، نارسایی قلبی

پیشگیری از آسم:

-درمان آلرژی بینی و چشم به منظور کاهش خطر بروز آسم

-پرهیز از سیگار و مصرف هرگونه مواد اعتیاد آور
-بویژه در دوران بارداری و سنین خردسالی ، عدم تماس با دود آنها در محیط های شغلی و فضای سر بسته

-پرهیز از خانه های مرطوب و کاهش هر نوع آلاینده در محیط های مسکونی

-تغذیه انحصاری شیرخواران با شیر مادر تا پایان 6 ماهگی و ادامه تغذیه با شیر مادر پس از شروع غذای کمکی

-کاهش تماس کودکان خردسال مستعد آلرژی و آسم با مواد حساسیت زای (آلرژن) استنشاقی مانند گرد و غبار ، سوسک ، حیوانات خانگی

-پرهیز از مواد حساسیت زا و محرک در محیط های شغلی با خارج کردن آنها از محیط زندگی و استفاده از وسایل و روشهای کمکی با راهنمایی متخصصان آلرژی

-درمان آلرژی پوستی (اگزما حساسیتی) در شیر خواران و کودکان به منظور پیشگیری از بروز آلرژی های تنفسی و کنترل آسم

- استفاده از شیر های کم حساسیت زا در نوزادان با حساسیت با نظر پزشک معالج

-استفاده از دارو درمانی متناسب با شدت آسم با راهنمایی و تحت نظر پزشک معالج

-پرهیز از مصرف داروهای دیگر بدون مشورت و دستور پزشک

راههای استفاده از اسپری:

1- قبل از استفاده از اسپری به آرامی نفس بکشید.

2- اسپری را به خوبی 4 تا 5 بار تکان دهید تا محتویات آن به

صورت یکدست مخلوط شوند.

3- اگر اسپری شما نو است و برای بار اول از آن استفاده می کنید یا

به مدت یک هفته یا بیشتر از آن استفاده نکرده اید آن را به زمین

انداخته اید اسپری را به خوبی تکان دهید و یک یا دو پاف از آن بزنید

تا از عملکرد درست آن اطمینان حاصل کنید

4- برای برداشتن پوشش قطعه دهانی با انگشت اشاره و شست آن

را بیرون بکشید

5- خارج و داخل اسپری از جمله قطعه دهانی را از لحاظ تمیز بودن و

عدم وجود ذرات و قطعات کوچک کنترل نمایید.