⇐ از دست زدن به گل و گیاه و ریشه درختان اجتناب نمایید.

⇐ برای تراشیدن ریش و اصلاح موهای زاید بدن از ریش تراش برقی استفاده نمایید.

⇐ اگر پوست شما خشک شده از روغن و لوسیون های مخصوص استفاده کنید.

⇐ لیها را با وازلین چرب کنید.

* نفس های عمیق بکشید.

* با سرفه خلط را بیرون کنید.

* بعد از هربار اجابت مزاج با دقت نشیمن گاهتان را بشوئید.

نشانه های عفونت چیست؟

⇐ تب بیشتر از ۳۸ درجه

⇐ عرق کردن زیاد در شب و هنگام خواب

⇐ اسهال شدید

⇐ سوزش و درد موقع ریزش ادرار

⇐ سرفه شدید یا گلودرد

توجـــه :

⇐ در صورت دچارشدن به علائم فوق فوراً با پزشک معالج یا پرستار مربوط در بیمارستان تماس تلفنی بگیرید.

⇐ در صورت تجویز آنتی بیوتیک طبق دستور پزشک و به طور منظم استفاده نمائید.

⇐ سیگـار نکشیـــد

⇐ از تماس با افراد سیگاری خودداری کنید.

⇐از مصرف فرآورده های تنباکو اجتناب کنید.

منابع:

برونر.سودارث، پرستاری در سرطان

لاکمن.سورنسن، پرستاری در سرطان

بیمارستان سیدالشهداء (ع)

آموزش مراقبت در برخورد با بروز عفونت

GCC-PA-077/12

واحدآموزش همگانی

تاریخ تولید: دی ۸۸

تاریخ بازنگری: دی ۱۴۰۰

مقـــــد مه

اکثر داروهائی کـه در شـیـمـی درمـانـی بـه کـار بـرده می شود اثر مستـقـیـمـی روی مغزاستخـوان دارد کـه باعث کم کاری مغزاستخـوان و در نـتـیـجـه کـاهـش فعالـیـت آن مـی شـود.

گلبولهای سفید که درمغزاستخوان ساخته مـی شـونـد، در پیشگیری از عفونت و مبارزه با میکروبهای عفونت زا کمک بزرگی به شمار می آید.

د اثر کاهش گلبولهای سفید احتمال خطر بروز بیمـاریـهـای عفونی افزایش می یابد.

مراقبت های لازم:

⇐ بهداشت و نظافت فردی خود را رعایت کنید.

⇐ دستهایتان را مخصوصاً قبل از صرف غذا و بعد از اجابـت مزاج با آب و صابون بشوئید.

⇐ سعی کنید به طور مرتب دوش آب گرم بگیرید.

⇐ ناخنهایتان را مرتباً تمیز کنید.

⇐ هنگام گرفتن ناخنها، گوشه های ناخن را نگیرید.

***بهداشت دهان و دندان را رعایت کنید.**

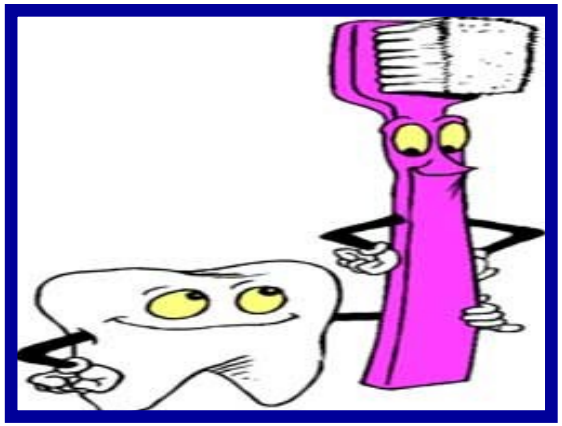
⇐ از مسواک نرم استفاده کنید.

⇐ نخ دندان به کار ببرید.

⇐ از دهان شویه هائی مثل آب نمک و مـحـلـول جـوش شیرین و ... استفاده کنید.

⇐ قبل و بعد از غذاخوردن دهان خود را بشوئید.

⇐ روزانه آب آشامیدنی و محلولهای شستشـوی دهـان و دندانتان را تعویض کنید.



⇐ سوزش دهان، درد، قرمزی، آسیب لب ها، ورم و کاهش تحمل نسبت به حرارت غذا را گزارش دهید.

⇐ از مصرف غذاهای تند، بسیار داغ یا سـرد و جـویـدن چیزهای سخت خودداری کنید.

⇐ از ماسک استفاده کنید.

⇐ از تماس با افرادی که تازه واکسینه شـده انـد خـودداری کنید.

⇐ از رفتن به مکانهای شلوغ مانند پارک، سینما، تـرمـیـنـال مسافرتی، مکانهای زیارتی و ... خودداری کنید.

⇐ از رفت و آمد با افراد متفرقه بخصوص کسانی که بیـمـاری عفونی، تنفسی، مسری و سرماخوردگی دارند خودداری کنید.

⇐ تا حد امکان اطاق مجزا داشته باشید.

⇐ در اتاق خودتان گلها و گیاهان طبیعی، آکـواریـوم، قـفـس پرندگان، گربه و سگ خانگی نگهداری نکنید.