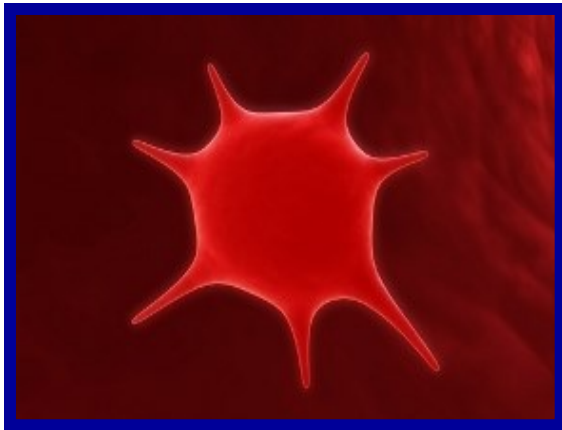


سازمان بهداشت ملی (س)

آموزش مراقبت از خود

در بیماران آی.تی.پی

کد: BR/EP/۰۲۰



واحد آموزش همگانی

تاریخ تولید: اردیبهشت ۸۹

تاریخ بازنگری دی ماه ۹۵

پیشگیری از خونریزی مقعد:

از زورزدن موقع اجابت مزاج اجتناب کنید.
از نرم کننده های قوام مدفوع استفاده کنید.

مصرف مایعات را زیاد کنید
از شیاف استفاده نکنید.

جلوگیری از خشکی پوست

- مصرف مایعات را افزایش دهید.
- لبها و پوست اندامها را چرب کنید.
- ناختها را به دقت کوتاه کنید.
- از سوهان ناخن استفاده نمائید.

نکته:

از آنجا که بخش اعظم درمان، سرکوب دستگاه ایمنی توسط داروهایی مثل کورتون یا دیگر داروهای تضعیف کننده ایمنی است، بنابراین بیماران در معرض خطر عوارضی همچون پوکی استخوان، تحلیل عضلات، پوسیدگی دندانها، عوارض گوارشی و افزایش عفونت می باشند.

منبع:

برونر، سودارت، پرستاری بیماریهای خون

- از مصرف آسپیرین و داروهائی که باعث ایجاد خونریزی می شود اجتناب کنید.
- از فین کردن شدید اجتناب کنید.



در صورتی که خون دماغ رخ داد:

- در وضعیت نیمه نشسته قرار بگیرید.
- کیسه یخ روی بینی قرار دهید.
- بینی را آهسته فشار دهید.

رعایت بهداشت دهان بعد از هر وعده غذایی:

- از مسواک نرم استفاده کنید.
- از نخ دندان با احتیاط استفاده کنید.
- از خوردن موادی که باعث تحریک مخاط دهان می شوند، خودداری کنید.
- از مصرف غذاهائی که به سختی جویده می شوند خودداری کنید.

مقدمه:

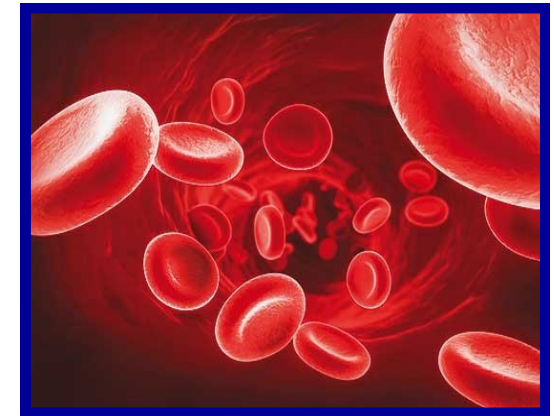
(آی.تی.پی) نوعی بیماری خود ایمنی است که در آن دستگاه ایمنی بدن بر علیه بدن فرد وارد عمل شده و پلاکت‌های خون فرد را تخریب می کند.

از آنجا که پلاکتها نقش بسیار مهمی در روند انعقاد خون و جلوگیری از خونریزی دارند، از بین رفتن آنها باعث افزایش خطر خونریزی در فرد می شود.

این بیماری در همه سنین دیده می شود ولی بیشتر در کودکان و زنان مشاهده می گردد

علت بیماری چیست؟

اگرچه علت اصلی هنوز ناشناخته است اما گاهی اوقات عفونت‌های ویروسی قبل از ایجاد این بیماری دیده شده است.



علائم شایع :

- لکه های کوچک، گرد، و به رنگ قرمز مایل به ارغوانی در پوست
- کبود شدگی
- خونریزی دهان و لثه ها
- خونریزی از بینی
- خونریزیهای شدید در طول قاعدگی
- وجود خون در ادرار، مدفوع



بیمار (آی.تی.پی) به چه مواردی باید توجه کند؟

بیمارانی که اختلالات خونریزی دهنده دارند یا در نتیجه بیماریها و استفاده از داروها مستعد چنین اختلالاتی می باشند به دقت و به طور مکرر از نظر خونریزی بررسی شوند.

• همه مواد دفعی بیمار نظیر مدفوع، ادرار، استفراغ از نظر خون مخفی و آشکار کنترل گردند.

• پوست از نظر لکه های کوچک و قرمز متمایل به ارغوانی و کبودی بررسی گردد.

• بینی و لثه ها از نظر بروز خونریزی بررسی شوند.

• درد شکم، پهلوها یا مفاصل به دلیل احتمال خونریزی داخلی باید فوراً گزارش داده شوند.

• به کاهش فشار خون، افزایش ضربان قلب، رنگ پریدگی، پوست سرد و مرطوب، تغییر در پاسخ به محرکهای محیطی و کاهش ادرار توجه کنید.

تدابیر مراقبتی :

- در طی مرحله حاد بیماریدر بستر استراحت کنید.
- فعالیتهای سنگین رامحدود کنید.
- از بلند کردن وسایل سنگین جلوگیری کنید.
- از پوشیدن کفشهای لیز خودداری کنید.
- از نرده های کنار تخت استفاده شود.
- مابین انجام فعالیتها، استراحت کنید.
- از انجام تزریقات عضلانی خودداری کنید.