



آمبولی ریه



ویژه: بیماران و همراهیان

تاریخ آخرین بازنگری: ۱۴۰۳/۰۹/۰۱

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۶/۰۹/۰۱

کد پمفلت: PA-۵۵-۱۰۰۲

شماره بازنگری: ۰۲

جهت دسترسی به اطلاعات آموزشی، بارکد زیر را اسکن نمایید.



معاونت آموزش و سلامت
تهیه کننده: بخش ریه - واحد آموزش سلامت

(موارد ذکر شده می تواند به علت افزایش دوز داروی ضدانعقاد باشد.)

- افزایش وزن به طور مداوم و غیر قابل توضیح

- سرفه همراه با خلط خونی

- کوتاهی و تنگی نفس

- درد قفسه سینه

- تپش قلب



منابع:

کتاب بیماری های داخلی، جراحی. (تنفس - برونر) - ۲۰۲۲

<https://www.wolterskluwer.com/en/solutions/uptodate>

در صورت سؤال یا مشکل در زمینه بیماری خود می توانید بصورت **رایگان** همه روزه از ساعت ۸ الی ۱۲ بجز تعطیلات به کلینیک آموزش سلامت مراجعه یا تماس حاصل فرمائید.

آدرس: مشهد - چهارراه ابن سینا - میدان امام رضا (ع)

تلفن: ۰۵۱۳۸۵۸۳۸۵۰

وبسایت: emamreza.mums.ac.ir

توصیه های مهم غذایی:

۱ - از مواد غذایی پر پروتئین ترجیحا پروتئین گیاهی مانند (عدس، سویا، نان، گندم، حبوبات و ...)، ویتامین ب، گوشت، ویتامین سی مانند (مرکبات، توت فرنگی، تمشک، آناناس، گل کلم، گوجه فرنگی و ...) بیشتر استفاده کنید.

۲- از مصرف زیاد مواد غذایی حاوی نمک، لبنیات پر چرب، کره، سر شیر و نارگیل خودداری کنید.

۳- مواد غذایی مفید مثل روغن ماهی، دانه آفتاب گردان، کنجد، دانه کدو و چای سبز که در رقیق کردن خون موثر هستند، بیشتر استفاده کنید.

۴- مصرف ملین ها مثل آلو، خاکشیر، روغن زیتون جهت پیشگیری از یبوست و زور زدن هنگام دفع توصیه می شود.



در صورت بروز چه مواردی در طول درمان

باید به پزشک خود مراجعه کنید؟

هر گونه علائم خونریزی از بدن نظیر:

کبودی پوست - خون مردگی در پوست - استفراغ خونی - ادرار خونی و خونریزی از لثه و بینی، مدفوع سیاه رنگ، خونریزی غیرطبیعی در بین دو سیکل عادت ماهانه در زنان



مددجوی گرامی:

با آرزوی سلامتی برای شما

این مطالب به منظور آشنایی با بیماری آمبولی ریه و مراقبت های لازم در مورد آن تهیه شده است. امید است با مطالعه آن قادر باشید، دوره درمان خود را به خوبی مدیریت نمایید.

آمبولی ریه چیست؟

آمبولی ریه وارد شدن لخته خون یا چربی (به ندرت) در یکی از شریان های ریه است. لخته خون در ابتدا در یکی از ورید های پا یا لگن شکل می گیرد. سپس لخته خون از طریق جریان خون به یکی از شریان های ریه رسیده و آن را مسدود می کند. این پدیده باعث انسداد رگ و در نتیجه کاهش توانایی اکسیژن رسانی ریه ها می گردد.

علل بیماری آمبولی ریه چیست؟

بی حرکتی، شکستگی پاها یا لگن، مصرف قرص های ضدبارداری، مسافرت طولانی و بی حرکتی پاها

بیماری آمبولی ریه چه علائم شایعی دارد؟

تنگی نفس ناگهانی- تعریق- سرفه- تعداد تنفس زیاد- تپش قلب

درد قفسه سینه ناگهانی که با نفس کشیدن بدتر می شود.

سرفه که گاهی همراه با خلط خونی است.

قبل از بروز علائم فوق ممکن است ورم پاها وجود داشته باشد.



چه عواملی خطر بروز بیماری آمبولی ریه را افزایش می دهند؟

- * نشستن در یک وضعیت ثابت به مدت طولانی مثلاً طی مسافرت با ماشین یا هواپیما
- * بارداری و یا مصرف قرص های ضد بارداری
- * شکستگی استخوان های لگن یا پا
- * جراحی به خصوص جراحی لگن
- * استراحت طولانی در بستر

* سن بالای ۶۰ سال

* بیماری قلبی

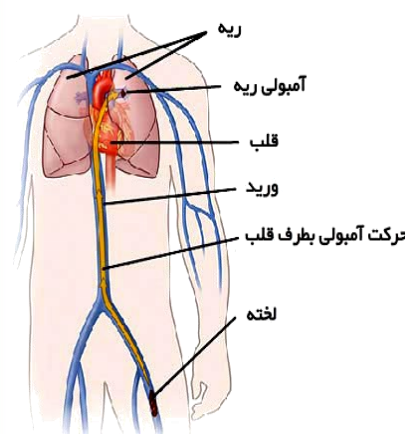
* دخانیات

* غلظت خون

* چاقی

* زایمان

* سرطان



چگونه می توان از ابتلا به بیماری آمبولی ریه پیشگیری کرد؟

- در مدت استراحت در بستر حتماً ساق پاها را حرکت دهید.
- پس از جراحی هر چه سریعتر حرکت اندام های تحتانی و راه رفتن را شروع کنید.



- در دوران نقاهت بیماری از جوراب کشی یا باند کشی استفاده کنید.

- از دخانیات به شدت پرهیز کنید.

- در حین سفرههایی هر ۱ الی ۲ ساعت ایستاده و چند دقیقه راه بروید.

- وزن ایده آل خود را حفظ کنید و ورزش کنید.

درمان حمایتی در بیماران مبتلا به آمبولی ریه چگونه است؟

۱- توصیه می شود از جوراب کشی یا باند کشی طبق دستور پزشک استفاده کنید.

۲- در هنگام خوابیدن، پاها را بالاتر از سطح بدن قرار دهید.

۳- از ایستادن، نشستن یا غیر فعال بودن خودداری کنید.

۴- به منظور بهبود جریان خون، ساق پاها را مرتب ورزش دهید.

۵- توصیه می شود در بیمارانی که خود قادر به ورزش دادن پا نیستند، افراد دیگر با خم و باز کردن پای بیمار از ناحیه قوزک پا و زانو جریان خون را در ساق پای بیمار برقرار کنند.

۷- هنگام نشستن زانوها را روی هم نیندازید.

۸- سرفه کنید و تمرینات تنفس عمیق انجام دهید.

۹- از میوه و سبزیجات تازه و غذاهای کم چرب استفاده کنید.

۱۰- در صورت وجود درد می توانید از داروی مسکن استفاده کنید.

