

مقدمه:

اکثر داروهایی که در شیمی درمانی به کار برده می شود اثر مستقیمی روی مغز استخوان دارد که باعث کم کاری و در نتیجه کاهش فعالیت آن می شود. گلبولهای سفید که مغز استخوان ساخته می شوند در پیشگیری از عفونت و مبارزه با میکروبهای عفونت زا کمک بزرگی به شمار می آید.

هر گاه گلبولهای سفید کم شود چه باید کرد؟

☆ بهداشت و نظافت فردی خود را رعایت کنید.

- دستهایتان را مخصوصا قبل از صرف غذا و بعد از اجابت مزاج با آب و صابون بشوئید.
- سعی کنید به طور مرتب دوش آب گرم بگیرید.
- ناخن هایتان را مرتب تمیز کنید.
- هنگام گرفتن ناخن ها، گوشه های ناخن را نگیرید.

☆ بهداشت دهان و دندان را رعایت کنید.

- از مسواک نرم استفاده کنید.
- نخ دندان به کار نبرید.
- قبل و بعد از غذا خوردن دهان خود را بشویید از دهان شویه هایی مثل آب نمک و محلول جوش شیرین و... استفاده 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 سرد و جویدن چیز های سخت خودداری کنید.



☆ بعد از هربار اجابت مزاج با دقت نشیمن گاهتان را بشوئید. از خوردن سبزی های خام و نپخته و تخم مرغ خام خودداری کنید.



- از ماسک استفاده کنید.

- از تماس با افراد تازه واکسینه شده خودداری کنید.

- از رفتن به مکانهای شلوغ مانند پارک، سینما، ترمینال مسافرتی، مکان های زیارتی و خودداری کنید.

- از رفت و آمد با افرادی که بیماری عفونی تنفسی مسری و سرما خوردگی دارند خودداری کنید.

- تا حد امکان اتاق مجزا داشته باشید.

- در اتاق خودتان از گلها و گیاهان

- طبیعی، آکواریوم، قفس پرندگان، حیوانات خانگی نگهداری نکنید.

- 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.





بیمارستان خشتمیه حسین نامین

پیشگیری از عفونت در شیمی درمانی



واحد آموزش به بیمار

تابستان ۱۳۹۴

باز نگری ۱۳۹۵

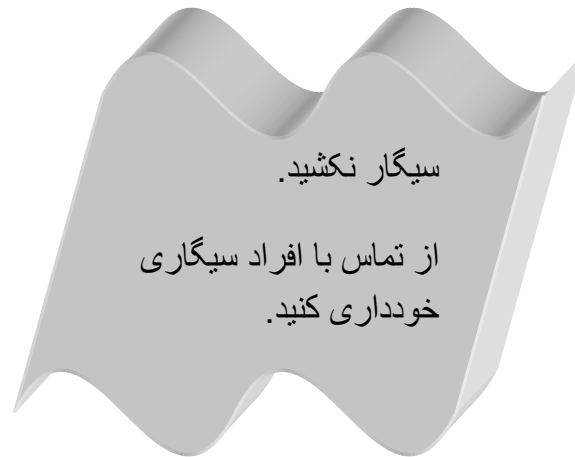
کد پمفلت: ۵۷/ب/۹۴



توجه:

☆ در صورت دچار شدن 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 نمایید.



سیگار نکشید.

از تماس با افراد سیگاری خودداری کنید.

منبع: مطالعات اینترنتی و سایت بیمارستان سید الشهداء اصفهان

آدرس سایت بیمارستان خشتمیه نامین

❖ <http://heshmatieh.mui.ac.ir>

❖ واحد آموزش به بیمار روزهای یکشنبه و سه شنبه شماره تماس: ۶۳-۴۶۲۵۹۰۶۱ داخلی ۳۰۲



- اگر پوست شما خشک شده از روغن و لوسیون های مخصوص استفاده کنید.
- لبها را با وازلین چرب کنید. نفس های عمیق بکشید.
- باسرفه، خلط را دفع کنید.

نشانه 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 درد

خود سرانه از داروی تب بر استفاده نکنید.

