



بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی شهریار
Shahryar General Hospital

بیمارستان تخصصی شهریار



مراقبت‌های ضروری جهت بیماران

شیمی درمانی

تهیه کننده : عبدالله مسن زاده

سوپروایزر آموزشی

با تأیید : آقای دکتر عیوضی

(متخصص آنکولوژی)

گروه آموزش سلامت بیمارستان :

https://eitaa.com/shahriyar_salamat_group



تاریخ بازنگری: تابستان ۱۴۰۲

کنترل تهوع و استفراغ ناشی از شیمی درمانی

از وعده‌های غذایی کم حجم به دفعات زیاد استفاده کنید. (۵ تا ۶ وعده در روز و استفاده از میان وعده)

- به آرامی غذا بخورید و به آهستگی مایعات را بنوشید. در صورت داشتن حالت تهوع صبحگاهی قبل از برخاستن از رختخواب بیسکویت، نان سوخاری یا نان تست میل کنید.
- مایعات را ۳۰ الی ۶۰ دقیقه قبل یا بعد از غذا بنوشید برای نوشیدن مایعات از نی استفاده کنید.
- لباسهای آزاد و گشاد بپوشید.
- هنگامی که احساس تهوع دارید به آهستگی چند نفس عمیق بکشید.
- از مصرف غذاهای چرب و پر ادویه اجتناب کنید.
- برای پیشگیری از حالت تهوع لازم است دو ساعت قبل از شیمی درمانی و بعد از آن غذایی مصرف نشود و اولین مواد غذایی بعد از آن مایعات (آب میوه، شیر، چای، آب کمپوت) می‌باشد.

منابع:

Kasper DL, et al. Cecil Essentials of Medicine

Braunwald Eugene, et al. Harrison's Principles of Internal Medicine /McGrawHill

کتاب پرستاری برونر- سوارث

نرم شده از قبیل سوپ، فرنی و پوره جات به شما در بهبودی زخم دهانتان کمک می‌کند. شستشو دادن دهان هر ۴ ساعت با محلول آب نمک رقیق یا آب جوش شیرین کمک کننده می‌باشد.

۱۴- اگر قبل از شیمی درمانی به علت بیماری‌های قبلی رژیم غذایی کم نمک جهت کنترل فشار خون یا غذای کم چرب جهت کنترل چربی خون یا عدم مصرف پروتئین در نارسایی کلیه و یا رژیم غذایی بدون قند جهت کنترل دیابت دارید لطفاً پس از مشورت با پزشک خود رژیم قبلی خود را مراعات کنید تا از افزایش قند خون، فشار خون، چربی خون و اوره خونتان پیشگیری شود.

۱۵- اگر بیمارتان قادر به راه رفتن و تحرک نیست و زخم بستر دارد لطفاً به پرستار و پزشک خود بگویید. جهت جلوگیری از عفونت زخم بستر همیشه سعی کنید زخم بیمار را خشک نگه دارید بیماری که قادر به راه رفتن نیست باید حداقل هر ۲ ساعت تغییر پوزیشن داده شود این کار توسط کمک پرستاران انجام خواهد شد.

۱۸- اگر بیمار سوند دارد به پرستار در ابتدای بستری اطلاع دهید تا مراقبت لازم به عمل آید. سوند بیمار را هیچگاه در سطح روی تخت زیر پتوی بیمار قرار ندهید تا تخلیه ادرار راحت تر صورت گیرد سوند باید همیشه به گیره‌های سوند پایین تخت آویزان باشد. هیچگاه سوند روی زمین انداخته نشود تا از عفونی شدن آن پیشگیری شود.

جهت بستری بیمار در بخش آنکولوژی (شیمی درمانی) به هر دلیل درمانی و تشخیصی نکات آموزنده‌ای وجود دارد که دانستن آنها جهت رفاه حال شما مناسب می‌باشد.

۱- بیمار عزیز حین شیمی درمانی و بستری مشکلات احتمالی و عوارضی ممکن است رخ دهد. این مشکلات شامل تهوع، استفراغ، اسهال، یبوست، سردرد، سرگیجه، افت فشار ناگهانی، بدن درد و... است. لذا از شما خواهشمندیم در صورت بروز هر کدام از این علائم پرستار و پزشک مقیم بخش را در جریان قرار دهید تا در اسرع وقت نسبت به برطرف کردن آن اقدامات مقتضی صورت گیرد.

۲- بیمار عزیز اگر قبل از بستری به دلیل بیماری‌های دیگر داروهایی نظیر داروهای ضد فشار خون، داروهای مشکل تیروئید، داروهای قلبی، داروهای ضد چربی خون، داروهای درمان قند خون و ... میل می‌کنید پزشک و پرستار خود را در جریان قرار دهید.

۳- بیمار و همراه گرامی اگر بیماری زمینه‌ی دیگری به جز بیماری فعلی دارید نظیر مشکلات قلبی، تشنج، دیابت، مشکل تیروئید و حتی مشکل اعصاب و روان نظیر افسردگی، افکار خودکشی، اضطراب، استرس، بی‌خوابی و سابقه بد خوابیدن و... حتی در هر ساعتی از شبانه روز به پرستار خود بگویید.

۴- در کنار تخت بیمار زنگ اخباری وجود دارد که اگر شما با پرستار خود کار داشتید با فشردن دکمه‌ی آن می‌توانید پرستار خود را احضار کنید.

۵- اگر در حین تزریق دارو یا سرم علائمی مثل تورم و قرمزی (نشت دارو) در رگ خود مشاهده کردید حتماً و فوری با استفاده از زنگ اخبار پرستار خود را آگاه کنید و اطلاع دهید.

۶- برخی از بیماران به دلیل نوع بیماری خود در روی شکم خود کیسه‌های جهت تخلیه ادرار یا مدفوع به نام یورستومی و کلتومی دارند اگر مشکلی مثل پارگی و نشت ترشحات آن دارید و نیاز دارید تا کسی به شما در مورد نحوه‌ی مراقبت آن آموزش دهد و به شما کمک کند به پرستار خود بگویید و از وی کمک بخواهید.

۷- در برخی از بیماران بروز عارضه تب در حین شیمی درمانی و بعد از آن و حتی به دلایل ساده نظیر سرماخوردگی، ممکن است بروز پیدا کند در این مواقع به پرستار اطلاع دهید تا تب به وسیله دماسنج کنترل شود و پس از اطلاع به پزشک جهت درمان وی اقدام شود. در صورت بروز تب، لطفاً آب فراوان و مایعات فراوان به وی بدهید و وی را پاشویه کنید.

۸- بیمار تحت شیمی درمانی نیاز دارد تا مایع فراوان بنوشد. لطفاً مصرف مایعات به ویژه آب را محدود نکنید و آب فراوان میل کنید.

۹- از مصرف غذاهای پرچرب و پرادویه و تند در حین شیمی درمانی و حتی در منزل بپرهیزید زیرا این گونه غذاها ممکن است معده شما را تحریک کنند و حالت تهوع و استفراغ شما را تشدید کنند.

۱۰- اگر دچار یبوست شده‌اید می‌توانید پس از در جریان گذاشتن پزشک خود از غذاهای ملین نظیر روغن زیتون، انجیرو... استفاده کنید. نوشیدن یک لیوان آب گرم صبح ناشتا به برطرف شدن یبوست کمک می‌کند.

۱۱- اگر به اسهال شدید دچار شدید ابتدا پزشک خود را در جریان گذاشته و سپس جهت جلوگیری از دست رفتن آب بدن تا به دنبال اسهال آب و مایعات فراوان بنوشید. مصرف میوه‌هایی نظیر موز به برطرف شدن اسهال شما کمک می‌کند و در این مدت از مصرف ملین‌ها مثل زیتون، انجیر، آلو بپرهیزید.

۱۲- اگر زخم دهان دارید از مصرف غذاهای سفت، محرک، تند و چرب پرهیز کنید. مصرف غذاهای سرد و هم چنین غذاهای نرم و خوب پخته شده، له شده و