|  |
| --- |
| **دامنه :** کلیه بخش های بالینی |
| **هدف :**  ایجاد مشارکت بیماران در اجرای طرح مراقبت و درمان  افزایش اعتماد بیمار و خانواده او به کادر پزشکی و پرستاری و تسهیل روند مراقبت و درمان  اطمینان از اثربخشی آموزش های خودمراقبتی و ارتقای سلامت بیمار |
| **تعاریف** :  **خودمراقبتی** **:**مجموعه ای از اعمالی است که فرد به صورت اکتسابی،آگاهانه و هدفدار برای خود و خانواده اش انجام می دهد تا از لحاظ جسمی،روانی و اجتماعی سالم بمانند و همچنین در صورت ابتلا به بیماری و بستری در بیمارستان بر اساس آموزش های دریافتی در بدو ورود ،حین بستری و پس از ترخیص از سلامت خود و خانواده اش حفاظت نماید.  **ترومای سر :** ضربه به سر می تواند همراه یا بدون از دست دادن هوشیاری باشد.  **علت های ضربه به سر :**حوادث ترافیکی ، سقوط از ارتفاع ، ، حوادث حین کار و ورزش و درگیری فیزیکی  **انواع صدمات به سر :** آسیب به پوست سر (پارگی ، جراحت و خونریزی زیر پوست همراه با تورم و کبودی) **،** شکستگی جمجمه **،** صدمات داخل جمجمه (صدمات بافت مغزی ،خونریزی وادم مغزی) |
| **شیوه انجام کار : ( چه فعالیتی ، چه زمانی در چه محلی و توسط چه کسی انجام می شود)**  **پرستار و پزشک مسئول بیمار باید براساس نیازها و اولویت های آموزشی بیماران ترومای سر ، موضوعات آموزشی بدو ورود و حین بستری و هنگام ترخیص را برای بیمار و همراه، برنامه ریزی نمایند.**  **الف). نیاز های آموزشی**   * **میزان فعالیت واستراحت بیمار** * **آموزش علایم هشدار** * **آموزش رژیم غذایی در طول دوره بستری** * **کنترل و تسکین درد** * **آموزش کنترل جذب ودفع در صورت نیاز** * **آموزش پوزیشن مناسب بیمار** * **آموزش پیشگیری از زخم بستر** * **آموزش فیزیوتراپی اندامها وقفسه سینه** * **استفاده از اسپیرومتری تشویقی** * **مراقبت از درن هموواگ** * **آموزش مراقبت در صورت نیاز به ساکشن ، گاواژ ، و بانداژ اندامها در صورت نیاز** * **مراقبتهای قبل از عمل جراحی در صورت نیاز**   **ب) علائم ضربه سر با توجه به شدت صدمه**   * **خواب آلودگی یا گیجی یا منگی** * **تهوع و استفراغ مکرر** * **تاری دید** * **اشکال در صحبت کردن** * **ضعف عضلانی** * **هم اندازه نبودن مردمک ها** * **کاهش هوشیاری موقت یا طولانی و فراموشی** * **تحریک پذیری** * **سردرد** * **خونریزی از بینی و گوش و کبودی اطراف چشم** * **خونریزی از پوست سر در صورت وجود زخم**   **ج) اصول کلی درمان**   * **بستری کردن برای تحت نظر گرفتن بیمار ، در صورت داشتن علائم شدید مانند کاهش هوشیاری ، شکستگی جمجمه** * **تعیین آسیب و میزان صدمه ایجادشده با معاینه، مشاهده دقیق و تحت نظر قرار دادن** * **انجام اقدامات تشخیصی مانند آزمایش خون ، انجام رادیوگرافی و سی تی اسکن در صورت نیاز** * **امکان دارد پس از معاینه و بررسی فرد توسط پزشک بیمارمرخص و به خانه فرستاده شود ، که حتما بایدیک فرد قابل اطمینان در کناربیماربماند و مراقب ظاهر شدن علائم هشدار باشد.** * **24 ساعت اول بعد از ضربه از نظر بروز علائم و عوارض جدی بسیارمهم است.**   **د) مراقبت های لازم برای بیماران در منزل و علائم هشدار**   * **هنگام استراحت در منزل بهتر است جهت پیشگیری از افزایش فشار مغزی ومشکلات تنفسی ، سر تخت30درجه بالا باشد.** * **به منظور کاهش استرس و بی خوابی، محیط زندگی را آرام و ساکت سازیدو از وارد آمدن هیجان به بیمارخودداری فرمایید.** * **در چند روز اول از مصرف غذاهای سنگین پرهیزشود و جهت جلوگیری از استفراغ، غذا در مقدار کم و در وعده های بیشتر مصرف کنید.** * **در صورتی که جراحتی روی قسمتی از بدن دارید یا جراحی شده اید طبق دستور پزشک یا یک روز در میان پانسمان آن را تعویض نمائید و محل زخم بخیه شده را تمیز و خشک نگه دارید و روی آن را با پانسمان خشک بپوشانید.** * **در صورت بروز علایم و نشانه های عفونت نظیر تب ،قرمزی ، افزایش درد ، نشت مایع درمحل عمل به پزشک معالج یا اورژانس مراجعه کنید** * **در زمان تعیین شده جهت معاینه پزشک و کشیدن بخیه ها به پزشک مراجعه کنید** * **جهت جلوگیری از زخم بستر از تشک مواج استفاده شود و بیمارتان را مرتب تغییر وضعیت دهید .** * **داروهای خود را به صورت منظم و در ساعت تنظیم شده مصرف کنید.** * **جهت جلوگیری از یبوست بهتر است از غذاهای پرفیبر ، سبزیجات و میوه هایی مانند انجیر و آلوزرد استفاده شود.** * **از زور زدن در هنگام دفع خودداری کرده و از دستشویی فرنگی استفاده کنید.** * **تا زمان تعیین شده از طرف پزشک از ورزش های سنگین مانند کوه نوردی ، غواصی وفعالیت هایی مثل رانندگی و بلند کردن اشیاء به ویژه در گرما اجتناب کنید** * **معمولا لازم است که حداقل 6 هفته به طور کامل از کار خود دور بمانید وبرای برگشت به کاربا پزشک هماهنگ کنید.** * **در صورت بروز علایم هشدار باید سریعا به مرکز درمانی یا پزشک معالج مراجعه کنید.**   **علائم هشدار شامل موارد زیر است: سر گیجه شدید ،اختلال هوشیاری،تشنج،سردرد،تنگی نفس،تاری دید و ضعف بینایی،ادامه خونریزی یا ترشح خونابه ای،درد شدید هنگام راه رفتن،افزایش قابل توجه ضربان قلب و تنفس،عدم تعادل وفراموشی**  **ر) تشخیص های پرستاری مهم در بیماران ترومای سر**   * **دردحاد** * **اختلال در تحرک** * **اضطراب واسترس** * **اختلال در حرکات گوارشی** * **خطر بروز اختلال در پرفیوژن بافتی (حس و حرکت اندامها)** * **خطرابتلابه عوارض احتمالی پس ازعمل مثل عفونت،زخم فشاری وDVT** * **الگوی تنفسی نامناسب پس ازجراحی به علت هایپوونتیلاسیون وعدم تحرک** * **خونرسانی ناموثربافت مغزبه علت ادم مغزی** * **خطر احتباس ادراری** * **اختلال درتعادل آب والکترولیت هابه علت افزایشICPومصرف داروهای دیورتیک** * **اختلال در دمای بدن به علت آسیب دیدگی هایپوتالاموس و دهیدراتاسیون** * **اختلال درمراقبت از خود** * **اختلال درادراک حس به علت ادم دورچشم،وجودلوله تراشه وپانسمان سر** * **خطر خونریزی** |
| منابع/مراجع :   * Nanda nursing diagnoses 2021-2023 * Brunner Suddarth's textbook of Medical surgical Nursing2018 * راهنمای بالینی پرستاری مبتنی بر شواهد |
| **تهیه کنندگان:**   |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | **تهیه کنندگان** | | | | | **ردیف** | **نام و نام خانوادگی** | **سمت** | **امضاء** | | | **1** | **محمدرضا قربانی** | **مدیر خدمات پرستاری** |  | | | **2** | **فاطمه سبزه کار** | **سوپروایزر آموزش سلامت** |  | | | **3** | **سهیلا پهلوان مقدم** | **سوپروایزر آموزش** |  | | | **4** | **آرزو رسولی محمد آباد** | **کارشناس اعتباربخشی دفتر پرستاری** |  | | | **5** | **صدیقه صابری** | **کارشناس کنترل عفونت** |  | | | **6** | **سیما کریمی** | **کارشناس ایمنی ومدیریت خطر** |  | | | **7** | **سیده ملیحه حسینی** | **سرپرستار ICU1** |  | | | **8** | **نورمحمد رضایی** | **سرپرستار ICU2** |  | | | **9** | **علیرضا وطن دوست** | **سرپرستار جراحی اعصاب** |  | | | **10** | **سید مرتضی رحیمی** | **سرپرستار اورژانس** |  | |  |  |  | | --- | --- | | **تاييد كننده** | **ابلاغ کننده** | | **دکتر احمدی**  **متخصص جراحی مغز و اعصاب** | **دکترجواد قدوسی نژاد**  **رئیس بیمارستان** | |