

خود مراقبتی در فشار خون بالا :

– از درمان پیروی کنید تا بهترین نتایج را بگیرید.
– از میزان فشار خون خود آگاهی داشته باشید و آن را

به طور منظم اندازه بگیرید . از پزشک خود وقت بگیرید تا وی بتواند درمان شما را کنترل نماید و با پزشک خود در رابطه با نگرانی ها یا کنجکاوی های خود در مورد درمان خود صحبت نمایید .
روند فشار خون خود را کنترل کنید و مرتب چک کنید .

□ هربار که در منزل فشار خون خود را اندازه می گیرید آن را در دفترچه ای یادداشت کنید . تاریخ و مقدار اندازه گیری را یادداشت کنید .

– با پزشک خود در مورد نام و مقدار داروهای ضد فشار خون خود نحوه مصرف آنها صحبت کنید .
□ حتی اگر فشار خون شما کنترل بوده و احساس سلامتی می کنید به فکر قطع یا کم کردن داروها نباشید

□ به صورت دوره ای بینایی چشم خودتان را توسط متخصص چشمیابی قرار دهید .

□ همواره لیستی از داروهایتان و مقدار مصرف آنها را در جیب یا کیف پول خود نگه دارید .

□ اگر هر گونه مشکلی پیدا کردید که احساس می

کنید با مصرف داروها در ارتباط است با پزشک خود

در مورد آن صحبت کنید



بیمارستان تخصصی شهیدای پاکدشت به عنوان اولین بیمارستان شهر پاکدشت، تحت الطاف خداوند با هدف تامین و گسترش سلامت مردم منطقه بدون توجه به عوامل نژادی، قومی و جنسیتی و با تکیه بر دانش و فن آوری روز و با بهره گیری از مدیران خلاق و حضور کارکنان کارآمد و دلسوز در زمینه درمان انواع بیماری ها با مهربانی و حفظ احترام بیمار و همراهان در حد توان خدمت می نماید. این مرکز به پذیرایی بیماران از سراسر کشور اقدام می نموده و با رعایت استانداردها مراقبت بالینی، خدمات بهداشتی-درمانی و آموزشی با کیفیت و موثر ارائه می نماید و در این راستا ایمنی، امنیت و رضایت بیماران و کارکنان را مد نظر قرار می دهد.

آدرس: تهران - کیلومتر ۱۸ جاده خاوران - پاکدشت

بعد از خاتون آباد

تلفن: ۳۶۴۴۲۰۹۱ فکس: ۳۶۴۴۲۰۰۱

وب سایت shpmc@sbmu.ac.ir



عنوان آموزش: فشار خون



بیمارستان شهیدای پاکدشت

سپسیس یا عفونت خون زمانی ایجاد می شود که میکروب وارد خون شود. میکروب های زیادی می توانند باعث عفونت خون شوند که از بین آنها باکتری ها مهمترین عامل هستند. سپیس یک بیماری جدی می باشد که شدت آن متفاوت است. در نوع شدید ممکن است فشار خون پایین بیاید و در نتیجه ارگانهای مختلف بدن از کار بیفتند و همچنین ممکن است در رگهای کوچک لخته ایجاد شود.

علت سپیس

عفونت ریه (پنومونی)، عفونت مثانه و کلیه، عفونت پوست، عفونت های شکمی مثل التهاب آپاندیس و یا عفونت های مناطق دیگر مثل مننژیت می توانند منتشر شده و به سپسیس تبدیل شوند. عفونت های بعد از جراحی ها هم می توانند باعث سپسیس شوند.

افرادى که در معرض خطر ابتلا قرار دارند

- ❖ افرادی که سیستم ایمنی بدنشان به دلیل بیماری هایی مثل سرطان یا ایدز از کار افتاده است.
- ❖ افرادی که سیستم ایمنی آنها هنوز کامل نشده، مثل نوزادان نارس
- ❖ افراد بسیار جوان و خیلی پیر.
- ❖ هر کسی که پیوند عضو انجام داده باشد.
- ❖ کسانی که شیمی درمانی می شوند و اشعه دریافت می کنند.
- ❖ افرادی که بیماری های طولانی مدت دارند، مثل ایدز یا دیابت.
- ❖ افرادی که آسیب ها و یا سوختگی های شدید دارند.

❖ افرادی که دارای عفونت هستند.

علائم سپیس

- حرارت بدن بالا و پایین می رود زیرا قادر نمی باشد دما را کنترل کنند.
- لرز
- افزایش ضربان قلب و تنفس
- کاهش سطح هوشیاری، هذیان گویی و گیجی
- خونریزی های کوچک زیر پوستی که هم می تواند به صورت تغییر رنگ پوست و هم به صورت نقطه های کوچک قرمز باشد.
- درد مفاصل مثل ستون مهره ها، مچ دست، ران، آرنج و زانو
- تهوع و استفراغ
- اسهال
- کاهش ادرار
- در نوزادان کاهش تون عضلات و کاهش اشتها

چه وقت باید به پزشک مراجعه کرد؟

- اگر هر کدام از علائم سپسیس را مشاهده کردید و یا اگر در هر کدام از وضعیت های زیر بودید به پزشک مراجعه کنید.
- در حال شیمی درمانی و یا درمان با اشعه هستید.
- پیوند عضو شده اید.
- ایدز داشتید.
- کودک زیر دو ماه که تب، بی حالی، کاهش اشتها، تغییر در رفتار طبیعی، راش غیر معمول دارد.

معاینات و آزمایشات

- خون بوسیله وارد کردن یک سوزن در ساعد یا بازو گرفته می شود و تعیین می شود که آیا تعداد گلبول های سفید بالا رفته یا نه ؟
- ممکن است خون به آزمایشگاه فرستاده شود و در محیط های مخصوص کشت داده شود تا ببینند که آیا باکتری رشد می کند یا نه؟ معمولاً جواب آزمایش ۲۴ ساعت بعد مشخص می شود به این کار کشت خون می گویند.
- ممکن است از مخاط، ادرار، مایع نخاعی و یا مواد درون آبسه نمونه گیری شود تا میکروب را درون آنها مشاهده کنند.
- تست های دیگری که ممکن است درخواست شود، یک عکس رادیولوژی سینه برای عفونت ریه و یک سی تی اسکن شکم برای عفونت شکم است.
- سی تی اسکن یک سری عکس های رادیولوژی است که از زوایای مختلف گرفته شده و بوسیله کامپیوتر کنار هم قرار داده می شود تا بتوان اجزاء درون شکم را دید

درمان

- شاید لازم باشد برای شما اکسیژن گذاشته شود، بدین صورت که ماسکی روی دهان شما گذاشته شده و یا از طریق لوله ای از طریق بینی تان، به شما اکسیژن داده می شود.
- گاهی اوقات نیاز است بیمار در بخش مراقبتهای ویژه بستری شود.
- طبق نتایج تست ها، پزشک دارو تجویز می کند که می تواند شامل آنتی بیوتیک هایی که از طریق وریدی