

اقدامات پرستاری

- ۱- بررسی پاسخ های معمول بیمار نسبت به درد
- ۲- بررسی علائم غیرکلامی حضور درد (انقباض عضلات صورت، مشت کردن دست، چنگ زدن، بی میلی برای حرکت، ناآرامی، تعریق، رنگ پریدگی یا برافروختگی صورت، تغییر در فشارخون، تاکیکاردی، تغییرات تنفسی)
- ۳- توضیح خواستن از بیمار در مورد کیفیت، محل و انتشار درد
- ۴- بررسی عواملی که منجر به تشدید یا بهبود درد می شود.
- ۵- انجام اقدامات زیر برای رهایی از درد:
 - ✓ زدن مسکن به بیمار طبق دستور قبل از آنکه درد شدید شود و قبل از انجام هر نوع اقدام دردناک (نظیر پانسمان یا شستشوی زخم)
 - ✓ انجام اقدامات لازم جهت کاهش ترس و اضطراب
 - ۶- انجام اقدامات غیر دارویی برای رهایی از درد:
 - ✓ ماساژ پشت
 - ✓ تغییر پوزیشن
 - ✓ استفاده از روشهای آرام سازی
 - ✓ آموزش بیمار در مورد اینکه هنگام سرفه، تنفس عمیق و چرخیدن توسط یک بالش و یا با دست روی ناحیه انسیزیون را بگیرد.
 - ✓ بررسی اثرات درمانی و عوارض داروهای مسکن بر روی بیمار
 - ۷- انجام اقدامات زیر جهت تسکین درد قفسه سینه:
 - ✓ بیمار را در وضعیت نیمه نشسته قرار دهید به او استراحت مطلق بدهید.
 - ✓ طبق دستور برای بیمار اکسیژن تجویز کنید.
 - ✓ به منظور تسکین درد قلبی از داروهای گشاد کننده عروق (TNG) استفاده کنید.
 - ✓ در صورت عدم تسکین درد طی ۱۰ الی ۱۵ دقیقه طبق دستور از مسکن مخدر استفاده کنید.
 - ✓ به بیمار آموزش دهید مانور والسالوا انجام ندهد.
 - ✓ مواد غذایی را به مقدار کم و به دفعات زیاد به بیمار بدهید.
 - ✓ به بیمار آموزش دهید از غذاهای کافئین دار مثل قهوه، کولا، شکلات استفاده نکنند.
 - ✓ فعالیت های بیمار را طبق اجازه پزشک و بر اساس تحمل وی افزایش دهید.
 - ✓ بیمار را تشویق کنید که سیگار نکشد.
 - ✓ اقدامات لازم جهت کنترل هایپرتانسیون، هایپوتانسیون، هایپرتیروئیدیسم، COPD و آنمی را طبق دستور بعمل آورید.
 - ✓ نتایج ABG را بررسی و کنترل کنید.
 - ✓ در صورت تشدید یا عدم تسکین درد با پزشک مشورت کنید.

اقدامات پرستاری

۸- انجام اقدامات زیر در حضور دردهای معدی:

- ✓ جهت تخلیه ترشحات معده برای بیمار NGT بگذارید.
- ✓ قبل از تجویز داروهای محرک معده نظیر آسپرین و کورتیکواستروئیدها با پزشک مشورت کنید بهتراست اینگونه داروها را با آنتی اسید یا همراه غذا تجویز نمایید.
- ✓ پرهیز از مصرف غذاهای کافئین دار
- ✓ اقداماتی جهت کاهش ترس و اضطراب بیمار بعمل آورید.
- ✓ به بیمار بگویید به آهستگی و به درستی غذا را بجود.
- ✓ برای بیمار رژیم غذایی سبک، نرم و چند وعده ای تجویز نمایید.
- ✓ به بیمار آموزش بدهید از خوردن غذاهای خیلی گرم و خیلی سرد اجتناب نماید.
- ✓ از بیمار بخواهید سیگار نکشد.

۹- اثرات درمانی و عوارض داروهای زیر را بررسی کنید:

- ✓ آنتاگونیست گیرنده های هیستامینی جهت مهار ترشح اسید معده
 - ✓ آنتی اسیدها جهت طبیعی کردن PH ترشحات معده
 - ✓ داروهای آنتی موسکارینی جهت کنترل ترشح اسید معده
 - ✓ سوکرافیت جهت حمایت از نواحی زخم از التهاب بعدی
 - ✓ در صورت عدم تسکین درد معدی با پزشک مشورت کنید.
- ۱۰- جهت تسکین درد ناشی از هموروئید اقدامات زیر را انجام دهید:

- ✓ آموزش بیمار برای اجتناب از نشستن به مدت طولانی
- ✓ آموزش بیمار برای اجتناب از زور زدن هنگام دفع مدفوع
- ✓ تشویق بیمار به خوابیدن بر روی شکم تا جای امکان
- ✓ قراردادن بالش یا رینگ بادی زیر بیمار هنگام نشستن
- ✓ مشورت با پزشک در مورد گرما درمانی یا سرما درمانی ناحیه آنال
- ✓ در صورت تجویز انمای تمیز کننده قبل از عمل، ژل زدن کاتتر و آهسته وارد کردن آن
- ✓ بررسی اثرات درمانی و عوارض پمادهای بی حس کننده، شیاف ها و مسکن ها
- ✓ مشورت با پزشک در صورت عدم تسکین درد

۱۱- اقدامات زیر را در حضور شکستگی ها انجام دهید:

- ✓ قراردادن عضو شکسته در وضعیت طبیعی و حفظ کردن تراکشن در راستای آن
- ✓ کمک گرفتن از پرستار دیگر هنگام بالا کشیدن بیمار در تخت و جابجا کردن او
- ✓ عدم برداشتن وزنه هنگام بالا کشیدن بیمار در تخت و جابجا کردن او (کاهش ناگهانی کشش می تواند منجر به اسپاسم شدید عضله و تغییر شکل ناحیه شکسته شود)
- ✓ اجتناب از ضربه زدن به پین، سیم و طنابهای متصل به تراکشن و وزنه ها
- ✓ تجویز مسکن برای بیمار پیش از انجام مراقبتهای دردناک

اقدامات پرستاری

۱۲- در صورت بروز ترومبوفلیت اقدامات زیر را بعمل آورید:

- ✓ محدودیت حرکتی برای بیمار به مدت ۴-۷ روز طبق دستور
- ✓ بالاتر قراردادن عضو از سطح قلب به منظور بهبود جریان خون وریدی
- ✓ خودداری از قرارگرفتن بیمار در وضعیت هایی که در بازگشت خون وریدی اختلال ایجاد می کنند (مانند گذاشتن پاها روی هم، گذاشتن بالش زیر زانو، استفاده از زانو بند، نشستن به مدت طولانی)
- ✓ استفاده از کمان تخت به منظور کاهش فشار روی انتهای گرفتار
- ✓ تشویق بیمار به عدم مصرف سیگار
- ✓ توصیه به بیمار در مورد نوشیدن حداقل ۲۵۰۰ میلی لیتر مایعات در روز
- ✓ راه بردن بیمار به مدت ۵ تا ۱۰ دقیقه هر دو ساعت یکبار طبق دستور پزشک
- ✓ استفاده از بانداز یا جوراب واریس طبق دستور پزشک
- ✓ حمایت از انتهای بیمار توسط بالش هنگام تغییر پوزیشن بیمار در تخت
- ✓ بررسی اثرات درمانی و عوارض داروهای ضد انعقاد