

مراقبت در آبله مرغان

- ✓ در محیطی آرام و خنک استراحت کنید زیرا گرما و تعریق باعث افزایش خارش میشود .
- ✓ مکرراً دستها را به مدت 2 تا 3 دقیقه به خصوص لای انگشتان دست و زیر ناخنها را بشویند تا احتمال آلودگی دانه ها بی که بروی پوست شماسست کاهش یابد .
- ✓ میتوان از دستکشهای نخی برای جلوگیری از خاراندن مستقیم تاول استفاده کرد . لباسهای نازک ، نخی و گشاد با آستین بلند و شلوارهای بلند بپوشید .
- ✓ به جای خاراندن با فشار روی نقاط تحریک شده سبب تسکین آن شوید .
- ✓ روزانه با آب ولرم حمام کنید . در حمام از صابون استفاده نکنید و در صورت لزوم تنها از صابونهای ملایم (مانند صابون بچه و یا صابون مخصوص پوستهای حساس) استفاده نمائید .
- ✓ بعد از حمام کردن، پوست را با ملایمت خشک کنید و از کشیدن حوله روی تاولها خودداری کنید . اگر دلمه روی تاول هنوز نیفتاده، به هیچ وجه اقدام برای کندن آن نکنید زیرا ممکن است موجب زخم شدن آن و به جا ماندن اسکار (جوشگاه زخم) شود .
- ✓ حمام کردن و خواباندن کودک در وان آب ولرم باعث میشود که دلمه ها خود به خود کنده شوند .
- ✓ تا زمانی که تاول ها بطور کامل خشک نشده احتمال سرایت به دیگران وجود دارد و کودک نباید به مهد کودک و مدرسه برود . در این مدت، بیمار باید خصوصا از تماس با افراد داری نقص ایمنی بدن مانند سرطان خون و یا دارای سیستم دفاعی ضعیف ، کودکانی که داروهایی مصرف میکنند که سیستم دفاعی آنها را ضعیف نگه میدارد و خانم های باردار بپرهیزد .
- ✓ اگر هنوز کودک را پوشک میکنید، کهنه بچه را زود به زود عوض کنید و هر وقت ممکن است کودک را باز بگذارید تا ضایعات ، خشک شده و زودتر پوسته ببندد .
- ✓ تا حد ممکن کودکی را که مبتلا به آبله مرغان است از خواهر و برادر خود که تا به حال آبله مرغان نگرفته و واکسن آبله مرغان نزده دور نگه دارید .
- ✓ اگر کودک شما از رفتن به دستشویی خودداری میکند و از درد هنگام اجابت مزاج شکایت دارد ، قوام و ظاهر مدفوع را بررسی کنید . چون اغلب بیماران به بیوست مبتلا میشوند .
- ✓ استفاده از دهانشویه برای کاهش میزان تحریکات ضایعات دهانی و جلوگیری از بروز عفونتها و ممانعت از ورود عفونت به سیستم گردش خون و تنفسی توصیه میشود .

رژیم غذایی

- ✓ با توجه به وجود تب و بی اشتهاهی، احتمال بروز بیبوست وجود دارد بنابراین تا حد امکان از غذاهای پر فیبر مانند میوهها و سبزیجات تازه و نان سیوس دار استفاده کنید .
- ✓ غذاهای ساده و مقوی مانند سوپ مرغ ، گوشت ، برنج و ماهیچه مصرف کنید . از خوردن غذاهای سرخ کردنی و مواد غذایی حاوی ادویه بدلیل ایجاد خارش پرهیز کنید .
- ✓ گاهی ممکن است ضایعات پوستی در داخل دهان ایجاد شود و غذا خوردن را دشوار کند . بهتر است در این موارد از غذاهای نرم و خنک استفاده کنید . غذا نباید ترش باشد .
- ✓ آب فراوان بنوشید . نوشیدن مایعات و آب فراوان در طول روز به همراه استراحت کامل، بیماری را بهبود میبخشد .
- ✓ میوه های تازه، عصاره تازه طبیعی سبزیجات و به ویژه آب هویج زیاد بخورید .

پیگیری پس از ترخیص

زمان مراجعه بعدی

- ✓ در صورت بدتر شدن علائم آبله مرغان و ایجاد تب بالای 38/3 درجه سانتیگراد، غش، سردرد، استفراغ یا تشنج، کیودی بی دلیل، غدد لنفاوی قرمز و حساس به لمس، عفونت دانه های روی پوست به پزشک مراجعه کنید .
- ✓ در صورتیکه خانم بارداری تاکنون به آبله مرغان مبتلا نشده و با فرد مبتلا به آبله مرغان تماس داشته است به پزشک مراجعه کند .
- ✓ اگر شیرخوار شما با بیمار مبتلا به آبله مرغان مواجهه پیدا کرد یا به آن مبتلا شد، با پزشک تماس بگیرید .

وضعیت حرکتی

- ✓ استراحت در رختخواب ضروری نیست و میتوانید فعالیت آرام در محیطی خنک داشته باشید .
- ✓ اگر هوا خوب باشد، کودک میتواند بیرون از خانه و در سایه بازی کند .

در صورت داشتن سوال ساعت 7:30-9:30 و 12:30 - 13:30 روزهای غیر تعطیل با واحد مراقبت در منزل (33162235) تماس بگیرید.



وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی
سازمان مراقبت های بهداشتی

بیمارستان حضرت
فاطمه الزهرا
(س) مهریز

واحد ارتقا سلامت
کد سند: PA/Hp/63

نام و نام خانوادگی بیمار
سن بخش

امضا بیمار

مهر و امضا پزشک

مهر و امضا پرستار