

- استفاده از ماسک
- محدود کردن تماس با افرادی که به تب یا سرماخوردگی دچارند. اگر نوزاد شما مخصوصاً نوزادانی که نارس هستند در دو ماه اول زندگی شان در معرض افراد مبتلا به سرماخوردگی قرار گیرند در خطر ابتلا به برونشیت قرار دارند.
- سطوح را تمیز کنید. ضد عفونی کردن سطوح و اشیایی که افراد مرتباً با آن در تماس هستند مانند اسباب بازی ها و دستگیره ها
- به هنگام سرفه و یا عطسه دهان خود یا فرزند خود را با دستمالی بپوشانید و سپس دستمال را دور بیاندازید و دست های خود را شسته یا ضدعفونی کنید.
- از لیوان شخصی استفاده کنید. لیوان خود را با دیگران و مخصوصاً افراد بیمار در خانواده به اشتراک نگذارید.
- دست های خودتان و کودک تان را مرتباً شستشو دهید. زمانی که خارج از منزل هستید از مواد ضد عفونی کننده دست با پایه الکل برای خودتان و کودک خود استفاده کنید.
- استفاده از شیر مادر برای نوزاد می تواند بسیار کمک کننده باشد. میزان ابتلا به عفونت های تنفسی در نوزادانی که از شیر مادران شان تغذیه کرده اند به طور معنی داری کمتر بوده است.
- استفاده از واکسن و دارو

- مرطوب کردن هوا: اگر هوای اتاق کودک خشک باشد استفاده از دستگاه رطوبت ساز می تواند هوا را مرطوب ساخته و احتقان و سرفه را کاهش دهد. دستگاه رطوبت ساز را تمیز نگاه دارید تا مانع از رشد باکتری ها گردید. راه دیگر استفاده از دوش یا حمام داغ می باشد. می توانید کودک را به مدت پانزده دقیقه در اتاق بخار (حمام) قرار دهید.
- کودک را در موقعیت نشسته نگاه دارید. قرار گرفتن در موقعیت نشسته می تواند تنفس را راحت تر کند.
- از مایعات استفاده کنید. مانع از دهیدراسیون کودک شوید و به او مقدار کافی مایعات مانند آب یا آبمیوه بنوشانید. کودک ممکن است به دلیل احتقان آهسته تر از حد معمول بنوشد.
- از قطره بینی سالین استفاده کنید تا میزان احتقان را کاهش دهید. این قطره ها به صورت غیر نسخه ای فروخته می شود. این قطره ها بسیار موثرند و برای کودکان تحریک کننده نمی باشند.
- از مسکن های ضد درد استفاده کنید. مسکن هایی مانند استامینوفن می تواند گلو درد را کاهش دهد توانایی کودک در نوشیدن مایعات را تقویت کند. در کودکان زیر دوسال نباید از داروهای ضد سرفه یا ضد سرماخوردگی استفاده کرد.
- محیط را عاری از دود سیگار نگاه دارید. سیگار می تواند علائم عفونت تنفسی برونشیت را تشدید کند. اگر اعضای خانواده سیگار می کشند از آن ها بخواهید در فضای بیرون از خانه و ماشین از سیگار استفاده کنند.

در صورت داشتن هرگونه سوال غیر از روزهای تعطیل ۹-۷ صبح با

داخلی ۲۲۳۵ واحد مراقبت در منزل تماس فرمایید



وزارت بهداشت و آموزش پزشکی
سازمان مدیریت و برنامه ریزی

بیمارستان فاطمه الزهراء (س) مهریز

کد سند : PA/HC/35



برونشیت

تهیه کننده : فاطمه زارع بیدکی

واحد آموزش به بیمار

منبع: پرستاری داخل جراحی برونر سودارث

برونشیولیت (Bronchiolitis) نوعی التهاب در ریه هاست که بیشتر در کودکان زیر ۲ سال با علائمی از جمله سرفه و تنگی نفس دیده می شود. برونشیت حاد ، به التهاب نایژه ها (راههای هوایی کوچک) در شش گفته می شود. وقتی نایژه ها ملتهب می شوند، خلط ایجاد می کنند و این موجب سرفه کردن فرد می شود . برونشیولیت عمدتاً در شیرخواران و خردسالان رخ می دهد.

علل

بیماری برونشیولیت ویروسی است و فقط یکبار در طول زندگی رخ میدهد و به ندرت تکرار میشود. برخی از خردسالان پس از هر بار سرماخوردگی دچار برونشیولیت می شوند. این عفونت ویروسی ، معمولاً با ویروسی تحت عنوان ویروس سنسیشیال تنفسی اتفاق می افتد.

عوامل افزایش دهنده خطر ابتلا به برونشیولیت

- تولد زودتر از موعد
- وجود مشکلاتی در قلب و ریه ها
- دپرسیون سیستم ایمنی
- قرار گرفتن در معرض دود تنباکو
- عدم تغذیه از شیر مادر (شیرمادر می تواند حاوی آنتی بادی هایی باشد که نوزاد را از برخی بیماری ها محافظت کند)
- تماس با سایر کودکان

• زندگی در مناطق سرد

داشتن خواهر یا برادری که به مدرسه می رود و در معرض عفونت های مختلف قرار دارد و می تواند آن را با خود به خانه منتقل کند.

علائم

در روزهای اول علائم برونشیولیت مشابه سرماخوردگی:

- آبریزش بینی
 - گرفتگی بینی
 - سرفه
 - تب تند(البته ممکن است تب وجود نداشته باشد)
- بعد از این مرحله دشواری در تنفس یا صدای خس خس نیز ممکن است ایجاد شود
- برونشیولیت نوزادان** می تواند با عفونت گوش همراه شود

علائم هشدار

در صورت مشاهده این علائم سریعاً به پزشک مراجعه شود:

- استفراغ
- صدای خس خس که قابل شنیدن می باشد.
- تنفس بسیار سریع و کم عمق (بیش از ۶۰ تنفس در طول یک دقیقه)
- دشواری در تنفس
- ظاهری خسته و گرفته
- امتناع از نوشیدن یا تنفس سریع به هنگام خوردن و آشامیدن

- رنگ آبی در پوست مخصوصاً در لب ها و انگشتان دست (سیانوز)

فعالیت

کودک را تا ۴۸ ساعت پس از رفع علائم برونشیولیت وادار به استراحت کنید. پس از آن کودک می تواند تدریجاً فعالیت های عادی خود را از سر گیرد.

رژیم غذایی

در شیر خوار بیشتر از یک سال مرتباً به کودک نوشیدنی های صاف بدهید مثل آب، چای، سوپ گوشت رقیق شده، آب میوه

توجه شود: در صورتی که کودک تنگی نفس شدید یاسرفه مکرر دارد بنا به تشخیص پزشک نیاز به بستری است ودراین موارد بنا به ضرورت به کودک از راه دهان چیزی داده نمیشود و سرم درمانی صورت میگیرد.

