

❖ رژیم غذایی

✓ در صورت تنفس مشکل، تغذیه از راه دهان (موقتاً تا بهبود علائم) ، قطع و جایگزین آن مایعات وریدی داده می شود.(دفع نامحسوس مایعات به علت

تنفس سریع و تب)

- ✓ پس از شروع رژیم توسط پزشک به کودک اجازه دهید که رژیم غذایی درحد تحمل و مورد علاقه خود را داشته باشد.
- ✓ مرتباً به کودک نوشیدنی های صاف مثل آب، چای، لیموناد، سوپ گوشت رقیق شده، آب میوه یا ژلاتین رقیق شده بدهید.

❖ فعالیت

- ✓ کودک را تا ۴۸ ساعت پس از رفع علائم وادار به استراحت کنید. پس از آن کودک می تواند تدریجاً فعالیت های عادی خود را از سرگیرد.
- ✓ جهت جلوگیری از تقلای تنفسی و در نتیجه مصرف اکسیژن تامین استراحت و آرامش کودک ضروری است

❖ مراقبت

- ✓ در مرحله حاد بیماری نیاز به اکسیژن تراپی یا مایعات داخل وریدی ضروری است.
- ✓ در صورت تجویز پزشک انجام فیزیوتراپی قفسه سینه ، دق وضعیتی و تشویق به سرفه به خروج ترشحات کمک میکند
- ✓ بهترین وضعیت برای کودک اگر قادر به نشستن است در وضعیت نشسته یا نیمه نشسته قرار بگیرد
- ✓ رعایت معیارهای ایزولاسیون تنفسی (نشستن دستها و عدم تماس با ترشحات مخاط بینی و ملتحمه ،محدود کردن ملاقات کنندگان)
- ✓ آلودگی محیطی و دود سیگار ممکن است به بروز عوارض برونشلولیت کمک کند
- ✓ جهت تخفیف درد سینه می توان از یک بالشتک ساده یا کمپرس گرم بر روی قفسه سینه استفاده کنید.
- ✓ رادیوگرافی قفسه سینه، کشت بینی، گلو و آزمایش خون گرفته خواهد شد.
- ✓ از دستگاه بخور جهت تسهیل در تنفس استفاده می شود.
- ✓ محیطی آرام برای کودک فراهم آوردید.
- ✓ اگر کودک سرفه مداوم دارد، حتی اگر مدت زمان آن کوتاه است، به پرستار اطلاع دهید.

❖ داروها

- ✓ آنتی بیوتیک جهت جلوگیری از عفونت و گشاد کننده نایژه نیز ممکن است کمک کننده باشد ، طبق دستور پزشک در فواصل و زمان معین توسط پرستار تجویز می شود.
- ✓ به کودکی که برونشلولیت دارد، داروی ضدسرفه داده نمی شود. داروهای ضد سرفه برای کودکی که مشکل تنفسی دارد، می توانند مضر باشند.

منبع: پرستاری کودکان وونگ. ۲۰۱۹ – پرستاری کودکان، کودک بیمار، حامد مرتضوی – بهار ۱۴۰۴ واحد آموزش به بیمار

✓ رژیم غذایی

- ✓ کودکی که تنفس سریع دارد، ممکن است آب بدنش کم شود. چون بخار آب زیادی از راه تنفس دفع می‌شود. کم آبی در کودکان می‌تواند خطرناک باشد. به کودک از راه دهان، مایعات اضافی بدهید.
- ✓ در طول مدت بیماری و بعد از آن با زیاد کردن تعداد وعده های غذایی از عقب ماندن رشد کودک جلوگیری کنید. بهتر است از غذاهایی مانند سوپ، آش، فرنی و... که احتیاج به جویدن ندارد استفاده کنید.
- ✓ در طول درمان و تا حصول بهبودی کامل از دادن مواد غذایی همچون موز، شیرینی و شکلات، آجیل و دانه های روغنی که باعث تحریک سرفه و افزایش درد قفسه سینه می‌شوند خودداری کنید.
- ✓ از مصرف غذاهای سرخ کرده، پر ادویه و محرک برای کودک خودداری کنید.

❖ فعالیت

- ✓ فعالیت از طریق برنامه ریزی به طوری که با استراحت کودک تداخل ننماید و انجام فعالیت های متناسب با سطح تحمل و سن کودک باشد.

❖ مراقبت

- ✓ از دستگاه بخور جهت افزایش رطوبت اتاق کودک استفاده کنید.
- ✓ در مورد کودک مستعد به برونشولیت، هر شب از دستگاه بخور به هنگام عفونت تنفسی و پس از آن استفاده نمایید.
- ✓ دستگاه بخور را روزانه تمیز کنید.
- ✓ اگر دستگاه بخور ندارید، آب سرد و گرم را در حمام باز کنید و پنجره ها و درها را ببندید تا به این ترتیب رطوبت مورد نیاز فراهم شود و کودک در این اتاق، به خصوص قبل از خواب، نگاه دارید.
- ✓ دقت کنید که کودک در چه شرایطی مستعد بروز برونشولیت است. مثلاً اگر بازی در هوای خنک شب هنگام باعث حمله کودک می‌شود، از آن اجتناب کنید.
- ✓ مواجهه کودک با جمع را، به خصوص جمع بچه‌های دیگر کمتر کنید، تا به این ترتیب احتمال سرماخوردگی و بروز برونشولیت کمتر شود.
- ✓ بهداشت فردی مانند شست و شوی مرتب دست و صورت را رعایت کنید.
- ✓ از تماس با افراد مبتلا به عفونت های تنفسی اجتناب کنید که بهترین راه پیشگیری از ابتلا به بیماری تنفسی است.
- ✓ سعی نکنید که خودتان برونشولیت را درمان کنید. تشخیص و درمان باید توسط پزشک انجام گیرد.

❖ دارو

- ✓ آنتی بیوتیک ها برای مبارزه با عفونت باکتریایی ثانویه استفاده می‌شوند و داروهای ضد ویروس ممکن است در موارد شدید کمک کننده باشند و داروهای گشاد کننده نایژه نیز ممکن است کمک کننده باشد.
- ✓ داروها طبق دستور پزشک در فواصل منظم و دوره کامل مصرف کنید.
- ✓ به کودکی که برونشولیت دارد، داروی ضد سرفه ندهید. داروهای ضدسرفه برای کودکی که اشکال تنفسی دارد، می‌توانند مضر باشند.

❖ زمان مراجعه بعدی

- ✓ اگر کودک سرفه مداوم دارد، حتی اگر مدت زمان آن کوتاه است، به پزشک مراجعه کنید.
- ✓ اگر علائم، علی رغم درمان در عرض ۴ ساعت رو به بهبودی نگذاشت سریعاً به اورژانس مراجعه نمایید.
- ✓ اگر درجه حرارت (مقعدی) تا ۳۸/۳ درجه سانتیگراد یا بالاتر افزایش یابد و تنفس مشکل تر شده و اگر سرفه‌ای آغاز شود که با خلط‌خونی همراه باشد و اگر پوست، لبها، ناخن‌ها به رنگ آبی تیره درآیند و یا اگر کودک بی حال و خواب‌آلوده شود و در شب با خس خس سینه یا تنگی نفس برمی‌خیزد، با اورژانس تماس گرفته یا به پزشک مراجعه نمایید.

