

مراقبتهای بهداشتی و دارویی در کووید ۱۹



شناسنامه پمفلت آموزشی کد IN-08-97	
عنوان	خودمراقبتی در کووید ۱۹
تهیه کننده	ایرما ریحانی کارشناس پرستاری
تایید کننده	کمیته آموزش به بیمار
سال تهیه	زمستان ۱۳۹۸
نظرف کفیی	متخصص بیماری های عفونی وگرمسیری
خانم دکتر براهیمی	سوپروایزر آموزش به بیمار ایرما ریحانی

منابع:

دستورالعمل کووید ۱۹ وزارت بهداشت و درمان و آموزش پزشکی
بخش مراقبت های دارویی بیمارستان مسیح دانشوری

دوست عزیز، خوشحالیم بیماری را شکست داده و به سلامت از
بیمارستان مرخص شدید.

در مدت ۱۴ روز در منزل استراحت فرمایید و با افراد تماس نداشته باشید.
لطفا موارد ذیل را زمان مصرف دارو رعایت فرمایید.

ممکن است بر حسب شرایط، یک یا همه داروهای ذکر شده زیر برای شما تجویز شده باشد. تجویز این داروها به منزله ابتلا قطعی شما به ویروس کرونا نیست: توجه
اگر داروی هیدروکسی کلروکین برای شما تجویز شده است:
دارو را همراه غذا یا یک لیوان شیر مصرف کنید.

قرص را با یک لیوان آب میل کنید و از شکستن و جویدن قرص خودداری کنید.

دارو را به موقع و سر ساعت مصرف کنید.

به فاصله چهار ساعت قبل و بعد از مصرف دارو از مصرف ترکیبات آنتی اسید مثل شربت و قرص و ساشه الومینیوم ام جی اس و شربت منیزیم هیدروکسید خودداری کنید.

در صورتی که داروهای دیگر مصرف می کنید، پزشک خود را از مصرف آنها مطلع کنید.

اگر داروی اسلنمایویر (تامی فلو) برای شما تجویز شده است:

بهتر است دارو با غذا مصرف شود ولی در شرایطی که به غذا دسترسی ندارید می توانید دارو را با معده خالی نیز مصرف کنید.

حتما سر ساعت دارو را مصرف کنید و در صورتی که فکر میکنید ممکن است فراموش کنید، ساعت کوک کنید.

شستن دست، پیروزی برای همه است به جز میکروب ها

بیمار در خانه تحرک کافی داشته و ورزش کند بهتر است به

طبیعت رفته و دم و بازدم عمیق داشته باشد.

داروهای نسخه شده توسط پزشک راسر ساعت بخورد حتی اگر

احساس بهبود کرد دوره درمان را کامل کند.

داروها با مهر متخصص عفونی از داروخانه مشخص شده، تهیه

فرمائید.

اگر بیمار ویا اطرافیان او علائم تب، سرفه، تنگی نفس و سردرد

داشتند به بیمارستان واحد تریاژ مراجعه نمایند.

یک هفته بعد از مرخص شدن در روزهای مشخص شده به

کلینیک متخصص عفونی جهت معاینه مراجعه فرمائید.

اگر علائم بیماری مانند تنگی نفس، سرفه شدید یا خواب

آلودگی شدید پیدا کردید زودتر از یک هفته به تریاژ بیمارستان

مراجعه نمائید.

کلینیک متخصص عفونی روزهای شنبه، دوشنبه و چهارشنبه

در بیمارستان می باشد.

بیمار به مکان های شلوغ و پرازدحام و مسافرت نرود

شست و شوی دست ها با آب و صابون و ضد عفونی با الکل

مداوم انجام دهید.

به بیمار مایعات و آب فراوان دهید و جهت حفظ ایمنی بدن از

سبزیجات و میوه جات تازه استفاده کنید.

مخصوصا چغندر، هویج، حبوبات، گوشت، ماهی، زعفران و انواع

نارنگ، سیر پیاز، پرتقال، کیوی، کلم، کدو، گوجه فرنگی بخورید.

در صورتی که نمی توانید کپسول را قورت دهید می

توانید محتویات آن را در یک شربت حل کنید و میل کنید.

اگر مصرف دارو را فراموش کردید هنگام به یاد آوردن

سریع آن را مصرف کنید ولی اگر کمتر از دو ساعت به

زمان مصرف قرص بعدی زمان دارید دیگر مصرف نکنید و

هنگام رسیدن زمان مصرف از خوردن دو کپسول با هم

اجتناب کنید.

در صورت مصرف داروهای دیگر حتما اسامی و الگوی

مصرف دارو ها را با پزشک خود در میان بگذارید.

اگر داروی (Kaletra لوپیناویر + ریتوناویر) برای شما تجویز

شده است:

هرگز مصرف دارو را فراموش نکنید.

دارو را با غذا مصرف کنید و در صورت عدم دسترسی به

غذا می توانید دارو را با معده خالی مصرف کنید.

از شکستن و یا خرد کردن قرص اجتناب کنید و قرص را

درسته با یک لیوان آب مصرف کنید.

در صورت فراموش کردن مصرف قرص هر موقع که به یاد

آوردید دارو را مصرف کنید ولی اگر کمتر از دو ساعت تا

مصرف قرص بعدی زمان باقی است از مصرف قرص

فراموش شده خودداری کنید.

توصیه بسیار مهم و جدی : در صورتی که داروهای دیگری

مصرف می کنید حتما پزشک خود را مطلع کنید.