



تعليمات الخروج الخاصة بالتهاب الجيوب الحاد

تعليمات الخروج الخاصة بالتهاب الجيوب الحاد

التهاب الجيوب الأنفية الحاد:

هو عبارة عن التهاب و تورم في الأنسجة المبطنة للجيوب الأنفية يؤدي إلى حدوث تجمع للسائل المخاطي وبالتالي إلى انسداد في القنوات المصرفة للسائل المخاطي من الأنف.

تعليمات الخروج:

- عليك بأخذ خافضات الألم كما وصفها لك الطبيب المختص (تجنب تجاوز الجرعة المسموح بها).
- شرب كمية كافية من السوائل وذلك لتجنب التعرض للجفاف.
- عليك بأخذ قسط من الراحة.
- توقف عن التدخين.
- تجنب التعرض للمهيجات كالسجائر، العطور الثقيلة أو الغبار.
- عليك برفع رأسك أثناء النوم.
- في حال الإصابة بالتهاب بكثيرة فإنه عليك الإلتزام بأخذ المضاد الحيوي الموصوف في حال وصفه الطبيب لك كما يجب عليك إكمال مدة العلاج.
- عليك الإحتفاظ بقاءمة الأدوية الموصوفة لك وإحضارها معك في حال المراجعة في العيادة الخارجية أو في حال العودة للطوارئ مرة أخرى.
- استخدام غسول الأنف الملحي يساعد على تنظيف الأنف وإزالة الاحتقان .
- استنشاق البخار يساعد أيضاً على تقليل احتقان الأنف ، وكذلك استخدام كمادات دافئة حول العينين و الأنف .
- تجنب الطقس البارد جداً لأنه يزيد من احتقان الأنف .

الوقاية و تجنب انتشار العدوى :

- عليك بغسل اليدين بشكل متكرر خصوصاً بعد السعال أو العطاس.
- تجنب مشاركة الأغراض الشخصية أو مشاركة الأكل و المشروبات.
- عليك بتغطية الأنف والتم بمنديل ورقي عند السعال أو العطاس أو العطس في أعلى المرفق.
- في حال الشعور بالنعيب فإنه يفضل تجنب الاختلاط وذلك لمنع إنتقال العدوى.
- ابتعد عن أي شخص مريض.
- استخدام معقم اليدين قبل مغادرة المنزل .

عليك التوجه إلى وحدة الطوارئ مباشرة في حال حدوث :

- حمى مع تصلب في الرقبة وصداع شديد.
- احمرار أو تورم وألم في الجفون.
- عدم القدرة على فتح العين.
- تغير في الرؤية ، كإزدواج الرؤية.
- انتفاخ في مقلة العين أو عدم القدرة على تحريك العين.
- الشعور والميل إلى النوم أكثر من المعتاد أو ملاحظة تغير في القدرة على التفكير ، الحركة أو الكلام.
- تورم في الجبهة أو فروة الرأس.

عليك المتابعة في العيادة الخارجية (عيادة.....(خلال(في حال شعرت بـ :

- استمرار في ارتفاع درجة الحرارة.
- زيادة في الألم بالرغم من أخذ العلاج.
- في حال التقيء أو الشعور بغثيان.
- نزيف من الأنف.
- في حال إزداد حدة الأعراض.

فقيه.

مجموعة فقيه للرعاية الصحية
Fakeeh Care Group

