



# کارت ترخیص



⚠️ خودمراقبتی پس از ترخیص مسمومیت با گازها

Gas Poisoning / Inhalation Toxicity

✈️ مسمومیت با گازها چیست؟

مسمومیت با گازها زمانی رخ می‌دهد که فرد در معرض گازهای سمی یا بخارات شیمیایی قرار گیرد. گازهای شایع شامل CO (مونواکسید کربن)، کلر، آمونیاک، گازهای صنعتی و دود سوختگی هستند.

علائم شایع پس از تماس با گاز:

👎 سردرد، سرگیجه و ضعف 🤧 تهوع و استفراغ 🫁 تنگی نفس، سرفه یا درد قفسه سینه 🫀 ضربان قلب سریع یا نامنظم  
👎 گیجی یا کاهش سطح هوشیاری 🧐 بی‌حالی و خستگی غیرطبیعی

🚨 علائم هشدار پس از ترخیص SOS ⚠️

مراجعه فوری به اورژانس در صورت مشاهده هر یک از موارد زیر:

🫁 مشکل شدید تنفسی یا تنگی نفس  
👎 کاهش سطح هوشیاری یا گیجی شدید  
🫀 ضربان قلب غیرطبیعی یا سریع  
🤧 استفراغ مداوم یا خونی  
⚡ علائم شوک: رنگ پریدگی، ضعف شدید  
🔴 کبودی لب یا ناخن‌ها (نشانه کمبود اکسیژن)

📍 دارودرمانی پس از ترخیص 🩺

اکسیژن درمانی: در صورت کمبود اکسیژن  
داروهای تنفسی: برونکودیلاتورها برای کاهش سرفه و تنگی نفس  
مسکن‌ها و ضد تهوع: استامینوفن، متوکلوپرامید  
ویتامین‌ها و مکمل‌ها: ویتامین C و E برای محافظت از سلول‌ها

نکات مهم:

\* داروها طبق نسخه پزشک و زمان مشخص مصرف شود \* از محیط‌های آلوده و دود اجتناب شود \* یادداشت دوز مصرفی و زمان دقیق هر وعده

واحد آموزشی به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهرکرد



## 🩺 مراقبت و پیگیری پس از ترخیص 🧠

### مراقبت تنفسی:

🧠 تهویه مناسب منزل

😊 استفاده از ماسک در محیط‌های آلوده

🚶 فعالیت سبک و پیاده‌روی تدریجی برای افزایش ظرفیت ریه

### مراقبت بدنی کلی:

🥤 هیدراتاسیون کافی: آب، آبمیوه طبیعی، سوپ

🍎 تغذیه متعادل: پروتئین کافی، میوه و سبزیجات

🛌 استراحت کافی و خواب منظم

🚫 اجتناب از فعالیت سنگین تا بهبود کامل

### پیگیری پزشکی:

بررسی وضعیت ریه و قلب توسط پزشک

آزمایش خون برای بررسی عملکرد کبد و کلیه

ویزیت دوره‌ای برای بررسی علائم دیررس یا عوارض ریوی

### ✅ 📄 چک‌لیست روزانه بیمار

یادداشت علائم غیر طبیعی: تنگی نفس، سرگیجه، ضعف، تهوع

مصرف دارو طبق نسخه

هیدراتاسیون و تغذیه کافی، استراحت کافی و فعالیت سبک

مراجعه منظم به پزشک و پیگیری آزمایش‌ها

### 📞 چه زمانی فوراً مراجعه کنیم 🚨؟

مشکل شدید تنفس یا تنگی نفس، کاهش سطح هوشیاری یا گیجی شدید

ضربان قلب غیر طبیعی یا سریع، استفراغ مداوم یا خونی و علائم شوک یا کبودی لب و ناخن‌ها

کد آموزشی: PDC-TOX-05



اسکن کنید

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهر کرد