



بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی گلزار

سپتیمی چیست و چگونه از خود مراقبت کنید؟



تهیه: کارگروه آموزش بیماربخش ICU

تدوین: خرداد ۱۴۰۵

ایمیل بیمارستان

info@golsarhospital.ir

سایت بیمارستان

www.golsarhospital.ir

شماره تلفن: ۰۱۳-۳۴۹۰۰

آدرس: رشت - گلزار - بلوار سمیه

کد پمفلت: T11-AC-10

علائم هشدار: در صورت بروز علائم زیر به پزشک اطلاع دهید یا به اورژانس بیمارستان



بسیاری از بیماران تصور می‌کنند با قطع تب، همه چیز تمام شده است، اما دوره نقاهت ممکن است ماه‌ها طول بکشد.
علائم سندرم پس از سپسیس: ضعف عضلانی، خستگی مفرط، مشکلات خواب، و افسردگی.



در صورت داشتن هرگونه سوال در زمینه مراقبت‌های منزل با
شماره تماس ۰۱۳-۳۴۹۰۰ داخلی بخش مربوطه تماس حاصل
نمایید.

منبع: برونر و سوارث ۲۰۲۰

مراقبت از کاترها:

اگر سوند ادراری یا آنژیوکت دارید، از دستکاری یا کشیدن آن‌ها خودداری کنید. هرگونه قرمزی یا تورم در محل اتصال را فوراً گزارش دهید.

تغذیه و پروتئین:

برای مبارزه با عفونت، بدن به انرژی نیاز دارد. مصرف پروتئین (گوشت سفید، تخم مرغ) و مایعات کافی طبق دستور پزشک الزامی است.

حرکت در تخت:

برای جلوگیری از زخم بستر و لخته شدن خون (که خود عامل عفونت مجدد هستند)، با کمک پرستار جابه‌جا شوید.

پیگیری دارویی:

آنتی‌بیوتیک‌های خوراکی تجویز شده را دقیقاً سر ساعت مصرف کنید. قطع زودهنگام دارو یعنی دعوت دوباره از میکروب‌ها!



سپتی‌سمی یا عفونت خون چیست؟

سپتی‌سمی یا سپسیس یک سندرم بالینی ناشی از پاسخ سیستمیک و مخرب بدن به عفونت است. برخلاف یک عفونت ساده که در یک نقطه (مثل انگشت یا گلو) محدود می‌ماند،

در سپتی‌سمی مواد شیمیایی ترشح شده در خون برای مبارزه با عفونت، باعث التهاب در سراسر بدن می‌شوند. این وضعیت می‌تواند منجر به آسیب به ارگان‌ها (کلیه، کبد، قلب) و افت شدید فشار خون (شوک سپتیک) شود.

چه کسانی در معرض خطرند؟

هر عفونتی می‌تواند منجر به سپتی‌سمی شود، اما

شایع‌ترین منشأها عبارتند از:

- عفونت‌های ریوی (پنومونی)

- عفونت‌های ادراری (کلیه و مثانه)

- عفونت‌های گوارشی (مانند پریتونیت)

- عفونت زخم‌های جراحی یا سوختگی

افراد با ریسک بالا: سالمندان بالای ۶۵ سال، نوزادان،

افراد مبتلا به دیابت، سرطان، یا کسانی که سیستم ایمنی

ضعیفی دارند.

علائم و نشانه‌های حیاتی

➤ تب بالا (بیش از ۳۸.۳ درجه) یا دمای پایین بدن (کمتر از ۳۶ درجه): لرز شدید که با هیچ پتویی آرام نمی‌شود.

➤ تغییرات ذهنی: گیجی، بی‌قراری، یا عدم تشخیص زمان و مکان (بسیار شایع در سالمندان).

➤ تعداد تنفس بالا: تنفس بیش از ۲۰ بار در دقیقه.

➤ ضربان قلب سریع: احساس تپش قلب شدید (بیش از ۹۰ ضربه در دقیقه).

➤ کاهش حجم ادرار: ادرار تیره و بسیار کم (نشانه درگیری کلیه‌ها).

➤ بثورات پوستی: نقاط ریز قرمز یا بنفش روی پوست که با فشار دادن کمرنگ نمی‌شوند.



درمان سپتی‌سمی یک مسابقه با زمان است:

- کشت خون و ادرار: قبل از شروع آنتی‌بیوتیک، نمونه خون گرفته می‌شود تا نوع دقیق باکتری مشخص شود.
- ساعت طلایی: تزریق آنتی‌بیوتیک‌های وسیع‌الطیف باید در اولین ساعت تشخیص شروع شود.
- حمایت همودینامیک: تزریق مقادیر زیاد سرم‌های وریدی برای بالا نگه داشتن فشار خون و محافظت از کلیه‌ها.
- پایش مداوم: کنترل ساعت‌به‌ساعت فشار خون، میزان خروجی ادرار و سطح اکسیژن خون.

اقدامات خودمراقبتی

بهداشت دست:

مهم‌ترین اصل! از تمام ملاقات‌کنندگان بخواهید قبل از لمس بیمار دست‌های خود را ضدعفونی کنند.

