



آموزش به بیمار و خانواده مراقبت های پس از ترخیص

تب مالت

شماره پرونده:			نام خانوادگی:
نام:	بخش:	پزشک معالج:	نام پدر:
تاریخ تولد:	تشخیص:	تاریخ پذیرش:	جنس: ☐ زن ☐ مرد

بیمار محترم ضمن آرزوی سلامتی برای شما، شایسته است که پس از ترخیص از بیمارستان موارد زیر را به دقت مطالعه فرمایید

آموزش زمان ترخیص و مراقبت در منزل:

نظم در مصرف داروها: دوره ی درمان تب مالت معمولاً ۶ تا ۸ طول می کشد، هرگز و تحت هیچ شرایطی، حتی اگر احساس بهبودی کردید، داروها را زودتر از موعود قطع نکنید و راس ساعت آن ها را مصرف کنید.

پایش تب:

تب موجی: ویژگی این بیماری تب دوره ای است(عصر ها بالا می رود و صبح ها قطع می شود). دمای بدن خود را چک کنید. اگر تب دوباره به الگوی شدید قبلی برگشت، نشانه شکست درمان است.

تعریق شبانه: بیماران تب مالت معمولاً شب ها دچار تعریق شدید با بوی خاص (شبیه بوی علف یا کپک) می شوند. لباس نخی بپوشید و ملحفه ها را مکرراً تعویض کنید تا دچار سرماخوردگی و عفونت پوستی نشوید.

هیدراتاسیون: به دلیل تعریق زیاد، روزانه حداقل ۸ تا ۱۰ لیوان مایعات بنوشید تا کلیه هایتان آسیب نبینند.(در صورتی که ممنوعیت قلبی ندارید).

مراقبت از مفاصل و استخوان ها:

استراحت نسبی: در دوران نقاهت از بلند کردن اجسام سنگین و حرکات ناگهانی کمر پرهیز کنید.التهاب مهره ها(اسپوندیلیت) یکی از عوارض خطرناک این بیماری است.

تسکین درد: برای دردهای مفصلی، از کمپرس گرم ملایم استفاده کنید. داروهای تجویز شده توسط پزشک را مصرف کنید تا ورم مفاصل کمتر شود.

اصلاح سبک زندگی و پیشگیری از ابتلای مجدد:

- اجتناب از مصرف لبنیات سنتی، پنیر محلی تازه، سر شیر و شیر فله ای که جوشانده نشده باشد.
- اگر مجبور به استفاده از شیر خام هستید آن را به مدت ۱۵-۱۰ دقیقه بعد از نقطه جوش بجوشانید و مدام هم بزنید.
- اگر دامدار هستید، هنگام کار با دام، حتماً از دستکش و ماسک و چکمه استفاده کنید. باکتری می تواند از طریق پوست یا تنفس هوای آلوده به ترشحات دام، وارد بدن شوند.

علائم خطر(سریعاً به اورژانس مراجعه کنید و یا با ۱۱۵ تماس بگیرید):

- کمردرد شدید یا درد مفصلی که مانع راه رفتن شود.
- تعریق شبانه بسیار شدید و کاهش وزن زیاد.
- تداوم تب با وجود مصرف دارو.
- بزرگ شدن کیسه بیضه (در آقایان) یا تورم دردناک مفاصل.