

آیا درمان میاستنی گراو را می دانید ؟

### داروهای خوراکی

مثل مستینون



### داروهای تاثیر گذار روی سیستم ایمنی

مثل داروهای

کورتونی



### پلاسمافرز

یک روش پزشکی است که از دستگاهی برای خارج

کردن قسمتی از پلاسما از خون استفاده می شود



### آیا بحران دارویی را می دانید ؟

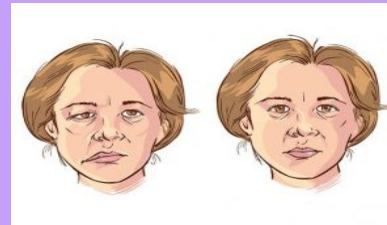
در اثر مصرف بیش از حد دارو ایجاد می شود

علائمی مثل اضطراب و تهوع و استفراغ و درد

شکم ، اسهال و تاری دید و سختی جویدن و

بلعیدن و ضعیف شدن قدرت حرف زدن

می باشد .



### آیا تعریف میاستنی گراو را می دانید ؟

میاستنی گراو بیماری است که برقراری

ارتباط بین اعصاب و عضلات را مختل می

کند. سن شروع بیماری در زنان پایین تر

از مردان است.

### آیا علائم بیماری را می دانید ؟



### آیا بحران بیماری را می دانید ؟

این بیماری دوره های خوب شدن و بیمار شدن مجدد

دارد در موارد شدید عضلات تنفسی ضعیف می شود و

ممکن است فرد دچار افزایش سرعت ضربان قلب و

افزایش فشار خون ، عرق کردن و تنگی نفس و ناتوانی

در سرفه کردن شود



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و درمانی گیلان

مرکز آموزشی درمانی پورسینا

### خودمراقبتی در بیماران مبتلا به میاستنی گراو



میاستنی گراویس

کمیته آموزش سلامت بیمارستان پورسینا

سال ۱۴۰۰

### خودمراقبتی بهترین راه کنترل بیماری است.

- از مصرف خود سرانه داروهای خواب آور خودداری کنید ، این داروها می تواند مشکلات تنفسی ایجاد کند.
- در مورد ترس های خود با پزشک صحبت کنید.
- از رژیم سرشار از میوه و سبزیجات جهت جلوگیری از یبوست استفاده کنید.
- تا حد ممکن از تماس با سرما و گرما خودداری کنید.
- از عینک آفتابی برای کاهش اثرات نور شدید استفاده کنید.
- می توانید در گروه های و حمایتی انجمن میاستنی گراو عضو شوید و از جدید ترین مراقبت ها و پیشرفت های درمان مطلع شوید.

منبع:

کتاب خودمراقبتی در بیماریها (احمد امینی)

شماره تماس بیمارستان: ۰۱۳۳۳۳۲۲۴۴۴

نکات قابل توجه برای شما مددجوی محترم:

۱-

۲-

۳-

### چگونه از خود مراقبت کنیم؟

- اگر احساس سرگیجه دارید سعی کنید از تخت خود خارج نشوید.
- در زمان خارج شدن از تخت از یک نفر کمک بگیرید.
- اگر در زمان راه رفتن احساس سیاهی رفتن چشم و سرگیجه پیدا کردید همان جا بنشینید و از راه رفتن خودداری کنید.
- **مصرف دقیق و صحیح داروها** بسیار با اهمیت است هر تاخیری در خوردن داروها ممکن است در توانایی بلعیدن یا تنفس شما اشکال ایجاد کند.
- اگر در جویدن و بلعیدن دچار مشکل شدید از غذاهای نرم استفاده کنید.
- از نوشیدن مایعات برای فرو بردن غذا استفاده نکنید. غذا را به آرامی بخورید و گردن خود را خم کنید تا بلعیدن غذا راحت تر انجام شود.
- تا می توانید از استرس و اضطراب دوری کنید.
- داروهای خود را همراه با شیر با یکی از انواع شیرینی جات استفاده کنید.
- در هنگام دوپینی از محافظ روی یک چشم استفاده کنید.