

| مداخلات پرستاری در طرح پرستار پیگیری | ناحیه بیماری دیابت |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • تکرار آموزش برای بیمار و خانواده • کنترل نحوه مصرف دارو توسط بیمار و اصلاح اشکالات • آموزش تغذیه و نکات کاربردی جهت رژیم غذایی مناسب • یاد آوری علائم هشدار به بیمار و خانواده • تشویق بیمار و خانواده به کنترل وزن روزانه و محدودیت مواد غذایی مضر • شناسایی موانع تبعیت از درمان و مشکلات روانی بیمار • توصیه شود دفترچه ای تهیه شود جهت ثبت مقدار قند خون و وزن با ذکر تاریخ | <p>ناحیه سبز (ناحیه ایمن) یعنی: (پیگیری ماهانه)</p> <ul style="list-style-type: none"> * عدم وجود علائم هایپوگلیسمی * تبعیت از رژیم درمانی مناسب (تغذیه صحیح، تحرک، مصرف منظم داروها) * نرمال بودن آزمایش های کلینیکال * HbA_{1c} کمتر از ۷ درصد * FBS در محدوده ۷۰-۱۳۰ * قند دو ساعت بعد از غذا زیر ۱۸۰ و ایده آل زیر ۱۶۰ * فشارخون کمتر از ۱۴۰/۹۰ |
| <ul style="list-style-type: none"> * تاکید به بیمار/ مراقب و یا خانواده وی در خصوص تماس با پزشک معالج بیمار و اطلاع دادن وضعیت بیمار به آن * گرفتن دستورات تلفنی از پزشک معالج * تدوین برنامه مراقبت بر اساس بررسی انجام شده و دستورات پزشک * اجرای برنامه مراقبت و دستورات پزشک و تجویز و تنظیم داروها * آموزش دستورات دارویی و رژیم غذایی به بیمار و خانواده * آموزش تغییرات اعمال شده در دستورات پزشک * توصیه اکید به انجام آزمایشات کلینیکال مورد نیاز * پیگیری و بررسی جواب آزمایشات انجام شده | <p>ناحیه زرد یا هشدار یعنی وجود یک تا دو مورد از علائم زیر: (پیگیری هفته ای یکبار)</p> <ul style="list-style-type: none"> * وجود دو تا سه مورد از علائم هایپو گلیسمی/حداقل ۳ بار در هفته * دچار هایپو گلیسمی * شروع زخم دیابتی * عدم استفاده منظم از داروهای خود در طی یک هفته گذشته * متحمل شدن فشار و استرس در ۷۲ ساعت گذشته * HbA_{1c} در محدوده ۹ تا ۷ * FBS در محدوده ۲۰۰-۱۳۰ * فشارخون بیشتر از ۱۴۰/۹۰ |
| <ul style="list-style-type: none"> • آموزش اقدامات حمایتی جهت تسکین وضعیت بیمار • تماس با اورژانس و هماهنگی جهت انتقال بیمار به بیمارستان | <p>ناحیه قرمز (اورژانس) یعنی وجود یک تا دو مورد از علائم زیر: (پیگیری روزانه)</p> <ul style="list-style-type: none"> * دارای یک از علائم حاد هایپوگلیسمی باشد * دارای یکی از علائم هایپر گلیسمی باشد * داراری یکی از علائم حمله قلبی مانند تنگی نفس و یا درد قلبی و ... باشد * HbA_{1c} در محدوده تا ۹ و یا افت آن به زیر ۴ * FBS در محدوده ۳۰۰ و بالاتر * فشارخون غیر طبیعی * آزمایشات مختل قند و چربی (FBS, TG, HbA_{1c}) CHOL,LDL |

نکات قابل توجه:

- -آزمایش HbA_{1c} به هیچ عنوان جایگزین آزمایش‌های روزانه شخصی قند خون نمی‌شود و نمی‌تواند به عنوان مثال آن را مبنای اضافه یا کم کردن مقدار تزریق روزانه انسولین قرار داد. در واقع جهت کنترل مؤثر دیابت انجام مرتب تست قند خون و نیز آزمایش HbA_{1c} هر ۳ تا ۶ ماه یک‌بار، بسته به نظر پزشک، به یک اندازه از اهمیت برخوردارند.
- نتایج این آزمایش ممکن است در بیماران مبتلا به کم‌خونی، افرادی که ترکیبات ویتامینی مانند ویتامین C و E دریافت می‌کنند، بیماران با کلسترول بالا و بیماران مبتلا به بیماری‌های کبدی و کلیوی غیر طبیعی باشد. پس لازم است که موارد مذکور از بیمار پرسیده و بررسی شود.
- علائم هیپوگلیسمی شامل: تشنج، گیجی، سردرد، تاری دید، گرسنگی، حالت تهوع، رنگ پریدگی، عرق کردن، لرز، احساس لرزش، احساس ضعف، ضربان قلب سریع، احساس سرگیجه، احساس خواب‌آلودگی، عصبی یا مضطرب بودن، تحریک پذیری یا بی‌تابی، کابوس یا گریه در هنگام خواب، کاهش مهارت در حرکات ارادی و عدم تعادل، سوزن سوزن شدن یا بی‌حسی در لب، زبان یا گونه‌ها، احساس سوزش، قرمزی کرختی و یا التهاب در اندام تحتانی
- علائم هیپرگلیسمی شامل: علائم اصلی قند خون بالا عبارت‌اند از: افزایش تشنگی؛ افزایش دفع ادرار؛ کاهش وزن؛ خستگی؛ افزایش اشتها و علائم متوسط تا شدید قند خون بالا عبارت‌اند از: تاری دید؛ تشنگی شدید؛ سبکی سر؛ پوست خشک، داغ و سرخ؛ بی‌قراری، خواب‌آلودگی یا اِشکال در بیدار شدن از خواب، تنفس تند و عمیق؛ یک ضربان قلب سریع و یک نبض ضعیف؛ تنفس بدبو با بوی میوه؛ از دست‌دادن اشتها، درد شکم یا استفراغ؛ احساس گیجی و بی‌حالی، از هوش رفتن بیمار
- نکته: بچه‌های کوچک قادر نیستند، علائم قند خون بالا را تشخیص دهند. بنابراین هر زمانی که والدین به قند خون بالا در کودکان‌شان مشکوک شدند، باید از آنها تست قند خون خانگی بگیرند.

تواتر پیگیری:

- در بیماران در ناحیه سبز بایستی ماهانه (ماهی یکبار تا یکسال)
- بیماران در ناحیه زرد هر هفته یکبار تا یکسال
- بیماران در ناحیه قرمز پس از ارائه آموزش‌های لازم در جهت آرام کردن بیمار و کم کردن علائم بوجود آمده با اورژانس هماهنگی‌های لازم را انجام دهد تا بیمار را به نزدیکترین بیمارستان اعزام نمایند. همچنین پیگیری تا زمان طبیعی شدن علائم، بصورت روزانه انجام می‌شود و پس از آن بر اساس قرارگیری در ناحیه مورد نظر، انجام می‌شود.