



## Oddział Pediatriczny w Kłodzku

### Zalecenia pielęgniarские do dalszego postępowania dla opiekunów i pacjentów z chorobami układu oddechowego przy wypisie z Oddziału.

#### Załącznik nr 9.1

1. Kontynuuj przyjmowanie leków drogą doustną lub wziewną (inhalacje) zleconych przez lekarza Oddziału Pediatricznego.
2. Przez kilka dni od wypisu ze szpitala nie posyłaj dziecka do żłobka, przedszkola i szkoły, unikaj dużych skupisk ludzi i chorych dzieci.
3. Dbaj o higienę noska, usuwaj zalegającą wydzielinę u niemowląt za pomocą aspiratora (dostępny w aptece), stosuj preparaty nawilżające błonę śluzową przewodów nosowych, kontynuuj naukę oczyszczania nosa u starszych dzieci.
4. U starszych dzieci utrzymuj aktywność fizyczną, niech wykonują ćwiczenia oddechowe w domu i na świeżym powietrzu, co wzmacnia odporność organizmu, usprawnia mięśnie, poprawia natlenienie i krążenie krwi.
5. Właściwie organizuj czas dziecka, przeznaczaj go na zabawy na świeżym powietrzu w zależności od warunków pogodowych, nie przegrzewaj dziecka, ubieraj go adekwatnie do warunków atmosferycznych. Unikaj bezpośredniego działania zimnego powietrza na drogi oddechowe.
6. Zapewnij optymalną temperaturę w pokoju dziecka 20° C-22° C. W okresie zimowym zapewnij właściwy mikroklimat pomieszczenia przez stosowanie nawilżaczy powietrza, itp. Wietrz pokój dziecka.
7. Dopilnuj prawidłowej i zdrowej diety, właściwej dla wieku rozwojowego, zapewnij odpowiednią ilość płynów do picia, najlepiej wody i kompotów z owoców.
8. Dbaj o higienę i czystość otoczenia, w którym wychowuje się dziecko.
9. Nie pal papierosów w obecności dziecka i nie pozwól, aby przebywało w obecności osób palących.
10. Przestrzegaj zleconych szczepień ochronnych zgodnie z zaleceniami lekarza POZ.
11. Zgłaszaj się na wizyty do swojego lekarza w przypadku wystąpienia u dziecka niepokojących objawów:
  - uporczywego kaszlu,
  - gorączki,
  - braku apetytu i osłabienia,
  - duszności,
  - zaburzeń oddychania.

Opracowała: Wioletta Marcinowska