سپسیس چیست ؟

عفونت خونی یا سپسیس(Sepsis) بیماری است که به علت مواد سمی تولید شده توسط عوامل عفونی مثل باکتری، ویروس یا قارچ ها و یا به دلیل سیستم دفاعی ضعیف بوجود می آید. در واقع افراد با سیستم دفاعی ضعیف بیشتری به این بیماری دچار میشوند.

افراد در معرض خطر :

* افرادی که سیستم ایمنی بدنشان بدلیل بیماری های مختلف مثل سرطان یا ایدز ضعیف و از کار افتاده است.

* افرادی که سیستم ایمنی آنها هنوز کامل نشده: بچه های شیر خوار و خردسال که دچار عفونتی می شوند ولی بطور کامل و درست درمان نمی شوند .

* افراد بسیار پیر همراه با بیماری زمینه ای مثل دیابت.

* افرادی که پیوند انجام داده باشد یا شیمی درمانی ویا پرتو درمانی می شوند ویا در افرادی که آسیب ها و یا سوختگی های شدید دارند.

* افرادی که دارای عفونت هستند مانند : مننژیت، عفونت دستگاه ادارای ، آپاندیس پاره شده و عفونت ریه ، عفونت مثانه و کلیه و روده ها و عفونتهای پس از جراحی ها.

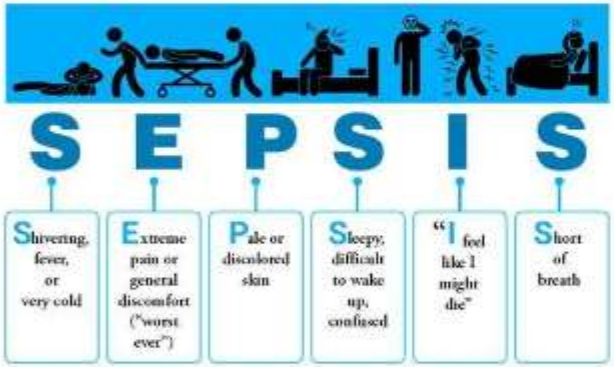
علائم سپسیس :

* تب ، لرز ، و یا بدن خیلی سرد

* پوست رنگ پریده و تعریق.

* افزایش ضربان قلب و تنگی نفس شدید

* کاهش سطح هوشیاری و گیجی و هذیان



راه های پیشگیری :

* یکی از مهم ترین راه ها برای کنترل عفونت ، شست دست به طور منظم خصوصا درزمان بستری در بیمارستان می باشد.

* افراد مسن یا دچار نقص ایمنی و همراه با بیماری هایی مانند دیابت ، بیشتر در معرض ابتلا به عفونت هستند . پس با پزشک راجع به واکسیناسیون در برابر آنفلوانزا و ذات الریه و...مشورت شود.

* شستشو و ضدعفونی زخم ها به سرعت، حتی بریدگی های جزئی و گذاشتن پانسمان تمیز بر روی آن.

* فرزندان خود را در برابر بیماری های شایع دوران کودکی واکسینه کنید.

* درمان سریع عفونت های به وجود آمده در بدن با مراجعه به موقع به پزشک.

تغذیه :

برای تقویت سیستم ایمنی، از مکمل های ویتامین C استفاده کنید .منابعی که بیشترین مقادیر این ویتامین را در خود دارند شامل توت فرنگی ، کلم بروکلی، گریپ فروت ، گوجه فرنگی، انبه ، لیمو ، گل کلم ،سیب زمینی، هندوانه، اسفناج، کلم، مرکبات و کیوی به عنوان منابع گیاهی دارای ویتامین ث و جگر به عنوان منبع حیوانی دارای این ویتامین است.

بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی مسلمین

سپسیس



شناسنامه بروشور آموزشی	
عنوان	سپسیس
تهیه کننده	زمانه پوزش کارشناس پرستاری
سمت	سوپر وایزر آموزشی
سال تهیه	بهار۱۴۰۱
تأیید کننده	دکتر علی اکبر رضوی متخصص داخلی
منبع	کتاب برونر و سودارث ۲۰۲۲