

מעקב נכון מסייע לשמור על ההתקדמות שהושגה בשיקום

ממשיכים לעקוב גם בבית

לאחר השחרור חשוב להמשיך לעקוב אחר מצבו הבריאותי
והתפקודי של המטופל.
בבית שימו לב ל:



ניידות, הליכה
ושיוי משקל



מצב כללי, ערנות
והתנהגות



מתן שתן
ויציאות



אכילה
ושתייה



מצב העור



שינויים ביכולת לבצע
פעולות יומיומיות



כאב חדש או שינוי
בכאב קיים



המשיכו את המעקב
והטיפול בהתאם
להמלצות במכתב
השחרור.



המשפחה מכירה את המטופל היטב –
שינוי חדש מהמצב הרגיל שלו הוא מידע חשוב.





מה כדאי לבדוק בבית?

מעקב יומיומי מסייע בזיהוי מוקדם של שינוי במצב הבריאותי

המעקב צריך להיות בהתאם להמלצות הצוות ולמצבו של המטופל.



לחץ דם ודופק

אם הומלץ על מעקב –
מדדו ורשמו את
התוצאות.



חום גוף

בדקו כאשר המטופל
אינו מרגיש טוב
או בהתאם
להנחיות.



רמת סוכר

למטופלים שנדרשו
למעקב סוכר –
המשיכו לפי התוכנית
שניתנה.



אכילה ושתייה

שימו לב לירידה
משמעותית בתיאבון
או בשתייה.



שתן ויציאות

עקבו אחר שינוי
משמעותי בתדירות,
בכמות או בהרגלים.



רישום מסודר עוזר!

תאריך + שעה + מדד/תסמין + שינוי שזוהה
הרישום יסייע לכם ולצוות הרפואי לקבל תמונה מדויקת.



אין צורך למדוד כל דבר לכולם –
פעלו לפי תוכנית המעקב האישית
שניתנה לכם.



שימו לב לשינוי מהמצב הרגיל!

שינוי קטן יכול להיות סימן ~~חשוב~~ אל תהססו לפנות לייעוץ רפואי.



קאב חדש
או מחמיר



ירידה ביכולת
התפקוד



בלבול או שינוי
בהתנהגות



נפילה או סיכון
לנפילה



כל שינוי אחר
שמדאיג אתכם



מעקב אחר תפקוד, עור ובליעה

לא רק מדדים – חשוב לשים לב לשינויים בתפקוד היומיומי



שיקום נמשך
גם בבית



ניידות ושיווי משקל

- שימו לב לירידה ביכולת ללכת, לקום מהמיטה או מהכיסא.
- עלייה במספר כמעט נפסלית או נפילות.
- השתמשו בעזרים כפי שהומלץ.



מצב העור

- בדקו אזורים ללחץ (לעקבי, ישבן, מרפקים, גב וקרסוליים).
- שימו לב לאודם מתמשך, פצע חדש, שלפחיות או הפרשות.
- שמרו על היגיינה והחלפת תנוחה.



אכילה ובליעה

- שימו לב לשיעול, הנק או שינוי בקול בזמן אכילה/שתייה.
- קושי בבליעה, אכילה איטית מאוד או ירידה בצריכת המזון.
- במידת הצורך – פנו לייעוץ מקצועי.



ערנות והתנהגות

- בלבול חדש או מוגבר.
- ישנוניות חריגה או וקושי להעיר.
- שינוי חד במצב הרוח או בהתנהגות.
- כל שינוי חדש – שווה תשומת לב.



יכולת תפקודית

- ירידה חדשה ביכולת להתלבש, להתרחץ, לאכול או לבצע פעולות שהמטופל כבר הצליח.
- שימו לב ועקבו אחר כל שינוי בתפקוד.



מעקב יומיומי פשוט יכול למנוע סיבוכים!

שימו לב לשינויים קטנים – הם מידע חשוב לצוות המטפל ויכול לעזור בהתאמת הטיפול והמשך ההחלמה.

טיפים למשפחה



- ✓ הנרו את המצב הרגיל של יקירכם – כך תזהו שינוי מוקדם.
- ✓ תעדו שינויים ותוצאות מעקב כאשר נדרש.
- ✓ התייעצו עם הצוות המטפל בכל שאלה או דאגה.



סימני אזהרה

מתי לפנות לייעוץ רפואי?



אל תחכו – פנו לרופא או לצוות הרפואי כאשר מופיע שינוי משמעותי



חום מתמשך
או **החמרה במצב הכללי**

חום מעל 38°C או חום נמוך מהרגיל יחד עם חולשה, צמרמורות או הרגשה רעה כללית.



כאב חדש, משמעותי
או **מחמיר**

בכל מקום בגוף או כאב שמגביל בפעילות היומיומית.



הקאות חוזרות
או **קושי משמעותי באכילה ובשתייה**

ירידה ניכרת בכמות האוכל או הנוזלים הנצרכים.



שינוי במתן שתן
או **ביציאות**

כאב, צריבה, דם בשתן, עצירות ממושכת או שלשול חמור.



פצע חדש, אודם, נפיחות
או **הפרשה מהעור**

כל שינוי בעור שמשך זמן רב או מחמיר.



נפילה

במיוחד אם יש כאב, הבלה בראש או שינוי בתפקוד לאחר הנפילה.



שינוי משמעותי במדדים
לחץ דם גבוה או נמוך מהרגיל, דופק מחיר או איטי, רמת סוכר גבוהה/נמוכה – בהתאם להנחיות שניתנו.



בלבול חדש או ירידה משמעותית ולא מוסברת בתפקוד

ישנוניות חריגה, חוסר יכולת להתמצא או ירידה בזיכרון.



קושי בבליעה
או **שיעול בזמן אכילה/שתייה**

ישיעול חוזר, חנק או קול "רטוב" לאחר בליעה.



ירידה חדה בתפקוד

קושי לפתע לקום, ללכת, להתלבש, להתרחץ או לבצע פעולות יומיומיות.



פנו מיד לקבלת ייעוץ רפואי במקרה של:

• החמרה פתאומית במצב הכללי

• קושי בנשימה

• כאב חזה

• דימום משמעותי

• תגובה אלרגית

• כל מצב מדאיג שאינו דומה למצבו הרגיל של המטופל



במקרה חירום
חייגו 101 למד"א



פנייה מוקדמת יכולה למנוע סיבוכים ולהבטיח המשך שיקום כוטוח בבית. כאשר אינכם בטוחים – התייעצו עם הצוות המטפל.

לזכור:



GASHER | NeuroBridge
גשר לשיקום בטוח



מעקב קבוע
מונע סיבוכים



זיהוי מוקדם
מציל חיים



פנייה בזמן –
הצעד הנכון



שמרו על ההמלצות
ורשמו שינויים



שיתוף פעולה עם הצוות
הוא המפתח להצלחה

המחלקה לשיקום נוירולוגי
המרכז הרפואי הגריאטרי דורות

GASHER.org.il

יחז מחשיכים קדימה

מעקב, זיהוי מוקדם ופנייה בזמן – להחלמה בטוחה יותר בבית



שיקום נמשך
גם בבית



יש לכם תפקיד חשוב

- אתם מכירים את האהוב/ה שלכם הכי טוב.
- זיהוי שינוי עתידי יכול למנוע סיבוכים.
- אל תהססו לשאול, להתייעץ ולבקש עזרה.



המשיכו מעקב וקבעו תורים

- המשיכו במעקב אצל רופא המשפחה וצוותי השיקום בקהילה.
- שמרו על מועד התור הבא ובצעו את ההמלצות שניתנו.



הקפידו על הטיפול התרופתי

- קחו את התרופות בהתאם להנחיות.
- שמרו רשימת תרופות מעודכנת והביאו אותה לכל ביקור רפואי.



תעדו שינויים ולדווחו

- רשמו מדדים ותסמינים כאשר נדרש.
- שתפו את המידע עם הצוות המטפל.



שיתוף פעולה מביא לתוצאה טובה יותר

- המשיכו בתרגול ובפעילות בהתאם ליכולות המטופל.
- עודדו תזונה מאוזנת, שתייה מספקת ושינה טובה.
- אנחנו כאן ללוות אתכם לאורך הדרך.

יש מצב חירום? אל מתכים – פנוים מיד!



חייגו 101 למגן דוד אדום
או פנו למיון הקרוב

חשד לשבץ מוחי? זכרים B.E. FAST



כף שאלה,
התלבטות או שינוי -
פנו לצוות המטפל.
אנחנו כאן בשבילכם.