



مراقبت از زخم سوختگی

مرکز آموزشی درمانی آیت الکاظمی شهرکرد

آدرس: شهرکرد - خیابان پرستار ۹-۳۲۲۶۴۸۲۵-۳۸

Kashanihp.skums.ac.ir

واحد آموزش به بیمار KH-01-07-PE/ENT

چه زمان به پزشک ویا مرکز درمانی باید مراجعه کرد
 درد افزایش یافته و غیرقابل تحمل در زخم، ترشح چرکی
 سبز، زرد یا سفیدرنگ از زخم، احساس گرمای زیاد در زخم،
 خونریزی از زخم که قبال سابقه نداشته، ورم افزایش یافته،
 قرمزی پوست سالم اطراف زخم، دمای بیش از ۳۳/۳ که
 بآب بدن شویه و نوشیدن مایعات خنک و استفاده از داروی
 تجویزی توسط پزشک کاهش نیابد.

اسهال یا استفراغ مداوم، کوتاهی نفس ناگهانی، سرگیجه
 یا سردرد مقاوم، کاهش شدید اشتها و کاهش وزن، ادرار قرمز
 رنگ، مشکل حرکتی یا اشکال در حرس تعادل، ورم شکم،
 رنگ پریدگی صورت، لکه های خونمردگی روی بدن، کابوس
 و بی خوابی و ناخن جویدن و گوشه گیری



داروها را چگونه مصرف کنم؟

* داروهای تان رابه موقع و به مقدار مشخص شده مصرف
 نمایید.

* در صورت بروز عوارض جانبی داروها به پزشک اطلاع دهید.

* هرگز از کرم، پماد، داروی گیاهی موضعی و خوراکی به طور
 سر خود استفاده نکنید

چگونه از عوارض سوختگی پیشگیری میتوان کرد؟

* با انجام فعالیت فیزیکی، استفاده از آتل و لباسهای فشاری
 طبق

دستور پزشک و فیزیوتراپ از بدشکلی اندامهای سوخته،
 محدودیت

و معلولیت حرکتی و گوشت اضافه یا اسکار در آینده پیشگیری
 کرد

* از رانندگی، بلند کردن اجسام سنگین، ایستادن طولانی
 مدت

و ورزشهای حرفه ای تا زمان اجازه پزشک خودداری کنید.

در سوختگی های گوش و گردن از گذاشتن بالش زیر سر خودداری کنید* . صورت و دستها را در صورت سوختگی با استفاده از کرمهای خاص طبق دستور پزشک از نور خورشید محافظت کنید .

* در معرض هوای بسیار گرم و بسیار سرد قرار نگیرید . دست و پایی را که دچار سوختگی شده است در هر حالتی بالاتر از سطح قلب نگه دارید* . قبل از انجام پانسمان دستان خود را بشویید .

* در صورت ایجاد تاول، آنرا دستکاری نکرده و نترکانید

• چه مواد غذایی باعث می شود زودتر بهبود پیدا کنم؟

در بین وعده های غذایی از میان وعده استفاده نمائید . جهت جلوگیری از یبوست و خشکی پوست به مقدار کافی مایعات (آب و آب میوه طبیعی و...) بنوشید . از غذاهای پر پروتئین و پر انرژی (گوشت، مرغ، تخم مرغ، میوه و سبزیجات تازه و لبنیات) شیر و ماست (استفاده نمائید) از خوردن غذاهای حساسیت زا گوجه فرنگی، بادمجان، سوسیس و کالباس، غذاهای تند مثل فلفل ها

* معمولاً ۲۷ ساعت بعد از عمل فقط باند از ناحیه دنور برداشته می شود . ناحیه دنور معمولاً با یک الیه گاز وازلین و گاز خشک پوشانیده می شود و زمانی که خشک و در معرض هوا باشد بهبود می یابد و گازها خود به خود جدا می شوند و برای کمک به بهبودی آن روزانه هر ۳ ساعت به مدت ۱۰ دقیقه سشوار کشیده می شود و گازها نباید دستکاری شوند .

روزانه حاشیه گازهایی که خشک شده اند را باید قیچی کرد . تا زمان جدا شدن خود به خودی گازها محل دنور نباید شست و شو داده شود و دائماً باید در معرض هوا باشد . سپس پوست صورتی رنگ تشکیل شده و می توان ویتامین D+A به مقدار کم استفاده کرد .

* طبق دستور پزشک در روزهای مقرر جهت تعویض پانسمان مراجعه نمائید .

چگونه از خارش و تاول نواحی بهبود یافته و عفونت

زخمهایی که پانسمان ندارند پیشگیری کنم؟

* برای شستشوی این نواحی از شامپو بچه و صابون بدون بو استفاده نموده به آرامی خشک کنید و سپس از پماد یا کرم تجویز شده توسط پزشک جهت مرطوب ماندن نواحی استفاده کنید .

* لباسهای آزاد، نرم و سفید رنگ به تن کنید

ترخیص از بیمارستان به منزله بهبودی کامل زخمهای سوختگی نمیباشد زیرا زخمهای سوختگی احتیاج به سالها مراقبت و پیگیری دارد . توصیه های ذیل اطلاعات اولیه جهت مراقبت از خود را در اختیار شما می گذارد لذا پیگیری جهت آموزش، مراقبت و درمان ضروری میباشد چگونه از پانسمان مراقبت نمایم؟

* پس از ترخیص از دستکاری زخم توسط افراد ناآگاه خودداری نمائید .

* سوختگی های صورت و گوش نیاز به پانسمان ندارند روزی دوبار با شامپو بچه و آب شستشوداده خشک کنید و با پماد چرب نمائید .

* در سوختگیهایی که پیوند پوست انجام گرفته بعد از ۵ روز محل پیوندها باز شده و توسط پزشک معالج رویت می شود با شامپو بچه زخم را به آرامی بشویید . بعد از شستشوی زخم با یک پارچه تمیز و اتو کشیده شده زخم را به طریق گذاشتن و برداشتن پارچه خشک کنید .

* بهداشت فردی (شستشوی مکرر دست ها، مسواک زدن، کوتاه کردن ناخن ها و موهای اطراف زخم) را رعایت نمائید .

* پماد تجویز شده را روی زخم بمالید و زخم را پانسمان کنید .