



رعایت موارد زیر هم جهت سلامت پوست شما

بسیار مفید است؛ همیشه پوست خود را مرطوب نگه دارید. مرطوب و تازه نگهداشتن پوست، از پوسته ریزی و ترک خوردن پوست جلوگیری میکند.

ناخنهای خود را به دقت بگیرید و مراقب باشید تا به پوست اطراف ناخن خود آسیب نرسانید. ناخنهای خود را به دقت بگیرید و مراقب باشید تا به پوست اطراف ناخن خود آسیب نرسانید.

از دستها و پاهایتان با پوشیدن جورابها و دستکشهای مناسب به خوبی مراقبت کنید.

هرگونه عفونت پوستی سطحی نظیر بیماریهای قارچی پا را به دقت مداوا کنید زیرا عفونتهای سطحی قابلیت زیادی برای گسترش سریع دارند.

مراقب نشانه های عفونت باشید. تورم، قرمزی، درد و ترشحات چرکی همگی نشان دهنده یک عفونت احتمالی است و نیاز به بررسی و ارزیابی پزشکی دارد.

چگونه از زخم مراقبت کنیم؟

جهت جلوگیری از ابتلا به سلولیت و یا سایر عفونت های پوستی، هر زمانی که دچار یک زخم پوستی شدید، اقدامات زیر را انجام دهید:

1. روزانه زخم را با آب و صابون بشویید. این کار را به عنوان قسمتی از برنامه زندگی روزمره تان قرار دهید.

2. از یک کرم یا پماد آنتی بیوتیک برای زخم استفاده کنید. در مورد اغلب زخمها، یک پماد آنتی بیوتیک تنها، محافظت کافی را در برابر عفونت ایجاد میکند.

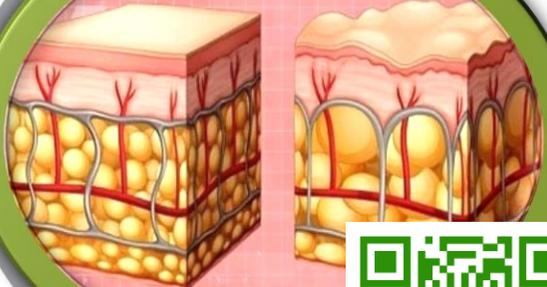
3. زخم را با بانداژ تمیز بپوشانید. انجام این عمل به تمیز نگاه داشتن زخم و از بین رفتن باکتریها کمک زیادی میکند.

4. چنانچه تاو لهایی بر روی پوست شما وجود دارد که از آنها ترشح خارج میشود، این تاو لها را تا زمان خشک شدن تمیز و پوشیده نگاه دارید هیچوقت تاو لها را نترکانید.

5. مرتباً بانداژهای زخمتان را عوض کنید. حداقل روزی یک مرتبه این کار را انجام و هر بار که این بانداژها مرطوب یا کثیف شدند، دوباره آنها را تعویض کنید.

6. افراد مبتلا به دیابت و نیز افراد مسن که گردش خون ضعیفی دارند لازم است که مراقبت ها و پیشگیری های بیشتری جهت جلوگیری از بروز زخمهای پوستی انجام دهند و در صورت ایجاد بریدگی و یا زخم پوستی، حتماً باید آن را به طور دقیق و مناسبی درمان کنند

سلولیت



سلولیت

مرکز آموزشی درمانی آیت الکاظمی شهرکرد

آدرس: شهرکرد - خیابان پرستار ۹-۲۵۴۸۲۶۴۲۲۶-۳۸

Kashanihp.skums.ac.ir

واحد آموزش به بیمار

کد: PE/IN -KH-01-65

سلولیت چیست

سلولیت یک بیماری عفونی است که به ویژه در میان افرادی که به زخمهای پوستی ساده خود بیتوجهی میکنند به وفور دیده میشود و در صورت عدم درمان مناسب، میتواند به عوارض جدی منجر شود.

علائم سلولیت

ناحیه عفونی شده، ورم میکند قرمز میشود. اگر آن را لمس کنید، کاملاً گرم و دردناک است.

عامل بوجود آورنده سلولیت

سلولیت زمانی روی میدهد که باکتریها بتوانند از طریق یک شکاف و یا آسیب پوستی که در اثر مواردی چون جراحی های اخیر، بریدگی ها، زخمهای باز، التهابها و یا سایر بیماریهای پوستی ایجاد شده اند، وارد بدن شوند.

استرپتوکوک و استافیلوکوک نام دو باکتری است که بیش از همه موجب این بیماری میشوند حتی گزش گونه های خاصی از حشرات و یا عنکبوت ها نیز می تواند باکتریعامل بیماری را به داخل بدن منتقل کند

نواحی پوستی بسیار خشک و شکننده هم میتوانند به عنوان یک نقطه ورودی برای باکتریها عمل کنند

یکی از مواردی که به طور شایع باعث ابتلا به سلولیت دست میشود، بریدگی دست به دلیل گاز گرفتگی است.

عواملیکه باعث میشوند خطر ابتلا به سلولیت افزایش یابد

افزایش سن

سابقه ی ضربه و آسیب جلدی

ضعف سیستم ایمنی: بیماریهایی که سیستم ایمنی را

ضعیف میکنند نظیر سرطانها

استفاده از داروهای سرکوب کننده ایمنی و ایدز دیابت

آبلهمرغان :بروز تاولهای پاره شده در اینبیماری شایع، میتواند به عنوان عاملی جهت افزایش ورود باکتریها به داخل بدن عمل کند.

چه زمانی به پزشک یا اورژانس بیمارستان مراجعه کنید؟

زخمهای پوستی را ساده نگیرید. اگر شما روی پوست هر قسمتی از بدنتان، نواحی قرمز، متورم، دردناک، یا گرم مشاهده کردید، همانموقع باید به پزشک مراجعه کنید

خیلی وقتها بدون اینکه شما متوجه شوید، خراشهای ظریفی روی پوستتان ایجاد میشود که میکروبها میتوانند از همین محل وارد بدن شما شوند

پزشک ممکن است برای تشخیص قطعی، برحسب نیاز درخواست آزمایش خون و کشت از زخم دهد

درمان

چنانچه بیماری تحت درمان قرار نگیرد، باکتری ها می توانند به سرعت به لایههای عمیقتر گسترش یافته و وارد گرههای لنفاوی شوند و از این طریق در سرتاسر بدن گسترش یابند

در موارد خفیف، معمولاً پزشک به تجویز آنتی بیوتیک خوراکی اکتفا میکند و از شما میخواهد یکی دو روز بعد جهت بررسی از نظر پیشرفت درمان مجدداً مراجعه کنید.

مصرف آنتی بیوتیک خوراکی باید به مدت ۱۰-۱۴ روز ادامه پیدا کند هرچند در اغلب موارد علائم و نشانههای سلولیت پس از چند روز از بین میروند، با این وجود درمان را تا آخر باید ادامه دهید ولی اگر علائم بیماری شما پایدار بوده و یا از ابتدا دچار یک بیماری وسیع همراه با تب بالا باشید، در آن صورت پزشک شما را در بیمارستان بستری میکند و از آنتی بیوتیکهای تزریقی برای درمان استفاده میکند