

موضوع:

مراقبت پس از ترخیص در بیمار سوختگی



تهیه و تنظیم:

واحد آموزش سلامت

مرکز آموزشی درمانی بوعلی سینا

تابستان ۱۴۰۳

- ✓ از استفاده خودسرانه هرگونه داروی موضعی و خوراکی پرهیزید.
- ✓ مواد غذایی حاوی آهن مانند: جگر، گوشت قرمز، پسته، بادام، لوبیا، عدس، نخود، ماش و سویا مصرف نمایید.
- ✓ از مصرف غذاهای پر ادویه، سرخ شده و شور به دلیل افزایش خارش در ناحیه آسیب دیده و تاخیر بهبودی پرهیزید.
- ✓ فرآورده های لبنی کم چرب، گوشت مرغ و ماهی، آبمیوه های طبیعی، میوه ها و سبزیجات تازه و مایعات فراوان مصرف نمایید.

در صورت مشاهده هریک از موارد ذیل به درمانگاه مراجعه نمایید:

- ✓ افزایش درد به صورت غیر قابل تحمل
- ✓ ترشحات زرد رنگ فراوان همراه با استشمام
- ✓ بوی بد و قرمزی و تورم در ناحیه زخم
- ✓ تب بالای ۳۸ درجه که با بدن شویه، استفاده از داروها کاهش نیاید.
- ✓ قرمزی و تورم اطراف ناحیه سوخته

جهت جلوگیری از آسیب به نواحی بهبود یافته به نکات زیر توجه نمایید:

- ✓ تمامی نواحی را با استفاده از کرم ضد آفتاب یا پوشش پارچه ای مناسب از نور خورشید محافظت نمایید (به ویژه صورت و دست ها)
- ✓ جهت کاهش خارش سطح سوخته شده را با پماد چرب نمایید.
- ✓ ناحیه را از سرما و گرمای شدید محافظت نمایید.
- ✓ از عطر و ادکلن و مواد آرایش در ناحیه سوخته استفاده نکنید.
- ✓ تا چند ماه اول از لباسهای تنگ و چسبان در عضو سوخته استفاده نکنید و از ماه دوم به بعد جهت بررسی زخم از نظر رشد گوشت اضافه به فیزیوتراپی مراجعه نمایید.

موارد زیر را جهت بهبودی سریع تر سوختگی رعایت نمایید:

- ✓ در صورتی که جهت جلوگیری از عفونت سوختگی آنتی بیوتیک تجویز شده است دوره درمان را کامل نمایید.
- ✓ نواحی سوخته را در انجام کارهای روزمره به کار بگیرید. (با صلاحدید پزشک حتماً نواحی سوختگی را به تحرک و فعالیت بگیرید.)

سوختگی:

صدمه ای است که باعث از دست دادن یا تخریب بافت پوست می شود. صدمه به این بافت می تواند به دلیل تماس با منابع الکتریکی و حرارتی و شیمیایی و یا تابش ایجاد شود.

سوختگی ها به سه دسته طبقه بندی می شوند:

- ۱- درجه اول (سطحی): فقط لایه اپیدرم درگیر شده بدون تشکیل تاول است که قرمزی رنگ پریدگی با فشار دیده می شود.
- ۲- درجه دوم (ضخامت نسبی): تخریب اپیدرم و لایه دوم با تاول و ادم زیر جلدی
- ۳- درجه سوم (ضخامت کامل): همه ی لایه های پوست تخریب شده اند. بافت چربی، عضله، اعصاب، فراورده های خونی و استخوان ممکن است درگیر شوند.

اولین و مهمترین اقدام در سوختگی:

اگر موضع سوخته در محل زیر لباس باشد، ابتدا اقدام به بیرون آوردن لباس کنید ولی اگر لباس به بدن چسبیده سعی در کشیدن آن به زور نکنید فقط پارچه های اطراف محل سوختگی را بریده و بیمار را به درمانگاه ببرید.

به هنگام ایجاد سوختگی برای کاهش ضایعات آن، از مالیدن هرگونه روغن یا کره پرهیزید. چربی، گرمای سوختگی را بیشتر می کند. کاربرد پماد و لوسیون ها تنها در سوختگی درجه اول مفید است.

پانسمان سوختگی:

به چگونگی مراجعه به درمانگاه (با زخم باز و شستشو داده شده یا پانسمان بسته) توجه نمایید. در صورت توصیه به مراجعه با زخم باز، قبل از مراجعه به درمانگاه در منزل، پانسمان قبلی را باز کرده، دوش بگیرید و با استفاده از شامپو بچه و گاز استریل یا لیف سفید و تمیز ترشحات و پمادها را پاک نمایید پس از حمام، اعضای سوخته را خشک و داخل کیسه نخی بدرمانگاه مراجعه نمایید.

نیم ساعت قبل از مراجعه جهت تعویض پانسمان از مسکن خوراکی تجویز شده استفاده نمایید.

سفید، تمیز و اتو کشیده که از قبل آماده نموده اید، قرار داده و به درمانگاه مراجعه نمایید.

نیم ساعت قبل از مراجعه جهت تعویض پانسمان از مسکن خوراکی تجویز شده استفاده نمایید.

سوختگی صورت، گوش و گردن احتیاج به پانسمان بسته ندارند. این نواحی را سه مرتبه در روز با شامپو بچه شستشو داده، خشک نمایید و از پمادهای تجویز شده استفاده کنید.

به منظور جلوگیری از ورم نکات زیر را رعایت نمایید:

- ✓ در سوختگی پاها از ایستادن طولانی مدت خودداری کنید و هنگام استراحت زیر پاها بالش قرار دهید.
- ✓ در سوختگی سر و صورت زیر سر بالش قرار دهید اما در سوختگی گردن و گوش زیر سر بالش نباشد.

