

مراقبت از زخم

مددجوی محترم در حال حاضر با توجه به اینکه زخم فقط باعث آسیب پوستی شده است و سایر معاینات طبیعی و سالم بوده اند و نیز زخم کاملاً بررسی و پاکسازی شده است، نیاز به جراحی یا بستری در بیمارستان نداشته و می توانید به منزل بازگردید.

آموزش نحوه مصرف دارو پس از ترخیص

1- در صورتی که هنگام ترخیص برای شما آنتی بیوتیک تجویز شده است دارو را در زمان معین مصرف کرده و دوره ی درمان را کامل کنید.

2- در روز های اول ممکن است احساس درد و سوزش خفیف در محل زخم داشته باشید که برای رفع آن می توانید از استامینوفن استفاده کنید.

❖ ترکیبات حاوی آسپرین ممکن است باعث بروز خونریزی شوند.



تغذیه

1- وجود این زخم محدودیت غذایی برای شما ایجاد نمی کند.

اما توصیه می شود تا زمان ترمیم زخم از میوه ها ، سبزیجات و آب میوه های سرشار از ویتامین ث مثل مرکبات ، لیمو ترش، گوجه رنگی ، توت فرنگی ، آب لیمو و آب پرتقال بیشتر استفاده کنید.



پیگیری های پس از ترخیص

1- بخیه کردن برای زخم هایی به کار می رود که وسیع بوده یا لبه های آن از هم دور باشند و یا زخم آن قدر عمیق بوده که کل ضخامت پوست را دربر گرفته باشد که تشخیص آن تنها با پزشک خواهد بود و در غیر این صورت زخم نیاز به بخیه نخواهد داشت در این مورد به تصمیم پزشک اعتماد کنید و نگران نباشید.

2- بخیه های غیر قابل جذب را پس از 24 ساعت می توانید به آرامی با آب گرم و صابون بشوید اما به هیچ وجه آنها را به مدت طولانی در آب غوطه ور نکنید چون تماس زیاد با آب باعث کاهش سرعت بهبود زخم و افزایش احتمال عفونت می شود.

3- بخیه هارا بلافاصله بایک پارچه ی نخی سبک و کاملاً تمیز با ملایمت خشک کنید .

4- روزانه زخم خود را از نظر بروز علایم زیربررسی کنید:

- ❖ تورم و قرمزی اطراف محل زخم
- ❖ وضعیت ترشحات - خونریزی
- ❖ خطوط قرمز رنگ برجسته اطراف زخم



بیمارستان ثامن الائمه (ع) چناران

واحد آموزش سلامت

مراقبت از زخم



کد سند: HS/PE17

تاریخ تدوین:

1398/06/21

شماره بازنگری: 00

پمفلت آموزشی ویژه بیماران

شماره تماس: 46123001
داخلی: 115

زمان مراجعه مجدد به پزشک

- 1- آسیب یا پارگی بخیه ها و باز شدن مجدد زخم
- 2- درد شدید در محل زخم
- 3- تورم یا قرمزی محل زخم
- 4- خروج چرک یا ترشحات سبزرنگ از زخم یا تشدید ترشحات اولیه
- 5- استشمام بوی بد از زخم
- 6- خونریزی مجدد زخم به طوری که پس از 10 تا 15 دقیقه فشار مداوم روی محل زخم متوقف نشود.
- 7- بروز خطوط قرمز رنگ برجسته اطراف زخم
- 8- محدودیت حرکت در انگشتان یا مفاصل نزدیک به زخم
- 9- بروز تب
- 10- برجسته و دردناک شدن غده های لنفی زیر بغل، گردن یا کشاله ی ران (نزدیک به محل زخم)

منبع:

عزیز خانی ر و همکاران . طرح دیتا وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی . دستورالعمل یکپارچه ترخیص از اورژانس

سایر موارد آموزشی

- 1- پس از شستشو می توانید روی زخم را با یک لایه ی نازک پماد آنتی بیوتیک (در صورت تجویز هنگام ترخیص) بپوشانید.
- 2- در صورتی که زخم شما پانسمان شده است حتما تا زمانی که پزشک به شما هنگام ترخیص توصیه کرده زخم را پوشیده نگه دارید. در این صورت حداقل 48 ساعت پانسمان را به شکل اولیه حفظ کرده و سپس بعد از هر بار شستشوی زخم آن را بایک پانسمان سبک بپوشانید.
- 3- از انجام فعالیت های جسمی یا ورزش های سنگین که باعث فشار یا ضربه به محل زخم می شود در طول 1-2 هفته ی آینده خودداری کنید.
- 4- خارش خفیف زخم در روزهای ابتدایی طبیعی است در این موارد از خاراندن زخم خودداری کنید، فقط پوست را ماساژ دهید.

