

دانشگاه علوم پزشکی اردبیل



مراقبت در سوختگی



کارگروه آموزش به بیمار بخش سوختگی

کد سند: EM-EP-20

تاریخ تدوین: زمستان 1400

تاریخ بازنگری: پاییز 1402

تاریخ ابلاغ: پاییز 1402

تغذیه :

- ✓ در بین وعده های غذایی از میان وعده استفاده نمایید.
- ✓ برای جلوگیری از بیبوست و خشکی پوست به مقدار کافی مایعات (آب میوه طبیعی، آب و غیره) بنوشید.
- ✓ از غذاهای پر پروتئین و پر انرژی (مانند گوشت، مرغ، تخم مرغ، میوه و سبزیجات تازه و لبنیات مانند شیر و ماست) استفاده نمایید.
- ✓ برای کاهش احتمال خارش از خوردن غذاهای حساسیت زا (مانند گوجه فرنگی، بادمجان، سوسیس و کالباس، غذاهای تند مثل فلفل ها) اجتناب کنید.

کاهش خارش:

- ❖ پوست خود را همیشه مرطوب نگهدارید تا دچار خارش زخم نشوید.
- ❖ برای کاهش خارش از لباس های نخی یا پنبه ای استفاده کنید.
- ❖ در تابستان از دوش آب سرد و در زمستان از دوش آب ولرم استفاده شود.
- ❖ پوست را با لوسیون های تجویز شده چرب نگهدارید.
- ❖ شستشوی یک روز در میان با آب ولرم به همراه شامپو ضروری است.
- ❖ اتاق را زیاد گرم نکنید و از غبار و خاک دوری کنید.
- ❖ از خاراندن، خراشیدن، ساییدن، ضربه زدن، کشیدن و حرکات خشن خودداری کنید.
- ❖ برای پیشگیری از خاراندن زخم، به بچه ها دستکش بپوشانید.

فیزیوتراپی بعد از ترخیص:

مراجعه روزانه یا یک روز در میان شما به فیزیوتراپی بعد از ترخیص کاملاً ضروری است. فیزیوتراپی سبب افزایش بهبودی و کاهش ورم زخم میشود. فیزیوتراپی سبب کاهش چسبندگی در نواحی سوختگی مخصوصاً اطراف مفاصل می شود که در نهایت از کوتاه شدن عضو

و محدودیت حرکت جلوگیری می کند.

توصیه های مهم :

- داروهای تجویز شده توسط پزشک تان را مرتب مصرف نمایید.
- در صورت بروز تب و لرز، بوی بد زخم، قرمزی، درد و تورم، سفتی، گرمی در داخل یا اطراف زخم، شکاف یا تاول و ضعف به پزشک معالج مراجعه نمایید.
- سه روز بعد از ترخیص از بیمارستان جهت کنترل وضعیت زخم و مراقبت های بعدی به پزشک معالج مراجعه نمایید.

➤ در صورتی که بنا به هر دلیل قادر به پانسمان زخم در منزل نباشید بلافاصله بعد از شستشوی زخم در منزل جهت پانسمان زخم به اورژانس بیمارستان (صبح) مراجعه کنید.

سلامت روان

- ❖ جهت کنار آمدن با مشکلات به وجود آمده نیاز به زمان دارید.
- ❖ به تدریج فعالیت های قبلی خود را از سر بگیرید.
- ❖ با خانواده و دوستان نزدیک خود در مورد نگرانی ها و نیازمندی های خود صحبت کنید.
- ❖ در صورت بروز مشکل و حتماً از یک روانشناس مشاوره بگیرید.
- ❖ خانواده ها باید توجه کنند که این افراد ممکن است علائم اضطراب، پرخاشگری، افسردگی و بیقراری را تا مدتی داشته باشند که باید به پزشک گزارش کنید.



در صورت نیاز به سایر مطالب آموزشی اسکن نمایید

مقدمه

متأسفانه آمار سوختگی در کشور ما نسبت به دیگر کشورها بالاست. سوختگی صدمه ای است که به از دست دادن یا تخریب بافت پوست و یا مخاط منجر می شود. صدمه به این بافت میتواند به دلیل تماس با منابع الکتریکی، حرارتی، شیمیایی و یا تابشی ایجاد شود. میزان صدمات بافتی با درجه حرارت یا شدت سوزاندگی، عامل سوختگی و طول مدت تماس پوست با منبع سوختگی ارتباط مستقیم دارد.

طبقه بندی صدمات سوختگی بر اساس اندازه و عمق سوختگی

درجه اول (سطحی): لایه اپیدرم قرمز و دردناک شده و بافت سالم است و تاولی تشکیل نمیشود. درد و قرمزی تا 3 روز باقی میماند.

سوختگی درجه ۲ (ضخامت نسبی): اپیدرم و لایه درم تخریب میشود. همراه با قرمزی، تشکیل تاول، ادم زیر جلدی و درد است.



سوختگی درجه 1

سوختگی درجه 2

سوختگی درجه 3: تمام ضخامت پوست دچار سوختگی شده، رنگ محل سفید تا قرمز تیره و یا سیاه است. قسمت سوخته نسبت به اطراف گود افتاده، چرمی و سفت است. حس پوست از بین رفته و باید پیوند پوست زده شود.

سوختگی درجه 4: علاوه بر لایه های پوست، لایه زیر جلدی و ساختمانهای عمقی مانند عضلات و استخوانها هم سوخته است. مانند سوختگی های الکتریکی، تماسی و سوختگی در افراد بیهوش



سوختگی درجه 4

سوختگی درجه 3

مراقبت های بعد از ترخیص

1. زخم را به صورت روزانه با آب ولرم و با استفاده از لیف نرم و شامپو بچه، به آرامی شستشو دهید. طوریکه بقایای پمادها و بافت مرده از روی پوست شما برداشته شود.

2. بعد از شستشوی زخم با یک پارچه تمیز و اتو کشیده زخم را به طریق گذاشتن و برداشتن پارچه خشک کنید.

3. پماد تجویز شده را روی زخم بمالید و زخم ها را پانسمان نمایید.

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

5. از دست زدن به زخم سوخته خودداری نمایید.

6. از خاراندن، خراش زخم، ضربه زدن، کشیده شدن محل سوخته و حرکات خشن با عضو مبتلا اجتناب کنید

7. جهت کاهش خراش از لباس های نخی و کفش های کتانی استفاده کنید.

8. برای پیشگیری از تشکیل تاول از تماس و ساییده شدن با با اشیاء مانند پتو یا ملافه اجتناب کنید و در صورت تشکیل تاولهای بزرگ بایستی به درمانگاه مراجعه نمایید.

9. تا یکسال محل سوختگی نسبت به نور و سرما حساس است بنابراین در سوختگی های صورت از کلاه های لبه دار با پوشش روی صورت و در سوختگی دست از دستکش نخی جهت جلوگیری از تابش خورشید و تیره شدن پوست استفاده نمایید.

10. جهت جلوگیری از ترک، محل های سوخته ترمیم شده را با پماد ویتامین A+D چرب نمایید و از خاراندن آن خودداری نمایید.

11. از قرار گرفتن در محل های شلوغ و گرد و غبار خودداری نمایید.