

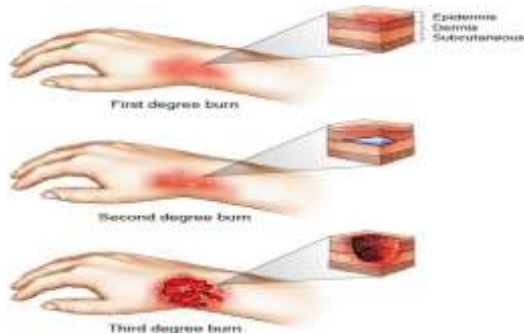


دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران

بیمارستان امام حسین (ع) بيجار

بسمه تعالی

## مراقبت در بیمار سوختگی



IHH-PE-PA-EM11

واحد آموزش به بیمار و سلامت همگانی

شماره تلفن: ۰۸۷۳۸۲۳۶۰۶۸

آدرس وب سایت بیمارستان:

<https://muk.ac.ir/Page?pagelid=۲۳>

### از سر گرفتن روابط جنسی:

\*فعالیت جنسی را به آرامی آغاز کنید، به مرور زمان

استقامت شما بیشتر خواهد شد.

\*در صورت بروز سوختگی در مناطق جنسی بدن ممکن

است ماهها این مناطق حساس باشند

### شکل و تغییرات زخم:

\*ممکن است شما بعد از ترخیص دارای زخم های باز، کوچک

و تمیز باشید که به آهستگی التیام می یابد.

\*در صورت بروز هر یک از موارد زیر به بیمارستان مراجعه

نمائید:

- ناحیه بهبود یافته شکاف یابد.

- ناحیه بهبود یافته تاول زند.

- ناحیه بهبود یافته عفونت کند.

(علائم عفونت: قرمزی، درد، تورم، سفتی، گرمی در داخل یا

اطراف زخم، تب)

منابع: Consult Nursing (پایگاه اطلاعاتی داده ها)

نهایت از کوتاه شدن عضو و محدودیت حرکت

جلوگیری میکند.

### تغذیه:

\* جهت جلوگیری از ایجاد یبوست، مقدار کافی

مایعات بنوشید.

\* غذاهای پر پروتئین پر انرژی، میوه، سبزیجات

تازه و لبنیات مصرف نمائید.

\* در صورت سوختگی لب، با چرب کردن از ترک

خوردگی آن جلوگیری نمائید تا بتوانید راحتتر غذا

بخورید.

\*از غذاهایی که باعث می شود خارش شما بیشتر

شود (مثل ادویه جات، ترشیجات، چیپس

، پفک، شکلات) پرهیز نمائید.

### تمیز کردن زخمهای ترمیم شده :

بعد از ترخیص از بیمارستان شما بایستی روزانه زخم خود را تمیز کنید:

\* ابتدا از حرارت ملایم آب مطمئن شوید.

\* با لیف نرم و شامپوی بچه به ملایمت زخم خود را بشوئید .

\* از صابون عطر دار استفاده نشود .

\* با استفاده از پارچه (حوله استفاده نشود ) به طریقه

گذاشتن و برداشتن (نکشیدن) زخم را خشک کنید و در ملحفه تمیز(ملحفه را بجوشانید و پس از اتو کردن )

پیچید و به مرکز درمانی مراجعه نمایید

### تمیز کردن زخم های بسته

\* دستها را بشوئید.

\* پانسمان را برداشته و در کیسه پلاستیکی دور اندازید .

\* دستها را بشوئید.

\* ناحیه باز شده را با شامپوی بچه بشوئید و بعد خوب آب بکشید.

\* سر تا سر ناحیه را با پارچه تمیز خشک کنید .و ناحیه را با پماد تجویز شده چرب نمائید.

### روش نرم نگه داشتن زخم خوب شده :

\* بعلت اختلال در غدد عرق و چربی ، پوست ترمیم شده خشک می باشد.

لذا ۲-۳ بار در روز زخم را بایستی چرب کرد .

\* در هنگام پماد زدن بایستی ناخن هارا کوتاه کرده و انگشتر را بیرون آورید.

\* می توان از دستکش یکبار مصرف و یا با دست های شسته به صورت یک لایه نازک پماد مالیده شود و به آرامی ماساژ داده شود تا جذب پوست گردد.

\* استفاده از پماد چرب کننده ۱۸-۶ ماه ضروری است.

### اگر بخواهید رنگ پوست شما تیره نشود بایستی:

توجه داشته باشید که در معرض نور مستقیم نباشید به این منظور از:

\* روسری ، چتر، کلاه با لبه های پهن برای سوختگی صورت دستکش نخی روشن ، برای سوختگی دست و جوراب نخی برای سوختگی های پا استفاده شود.

\* به علت تاثیر نور آفتاب ، لامپهای نئون ، مهتابی از کرم

های ضد آفتاب (۳ بار در روز ) به مدت ۱۸ ماه استفاده شود.

### به منظور کاهش خارش:

\* از لباس های نخی یا پنبه ای استفاده شود.

\* برای کاهش خارش دوش آب سرد بگیرید.

\* پوست را با لوسیون های تجویز شده چرب نگه دارید.

\* شستشوی یک روز درمیان با آب ولرم به همراه

شامپوی بچه ضروری است .

\* از منابع حرارتی توام با گرد و غبار و خاک دوری کنید.

\* از خاراندن - خراشیدن - سائیدن - ضربه زدن - کشیدن و حرکات خشن خوداری گردد.

### فیزیوتراپی بعد از ترخیص

\* مراجعه روزانه یا یک روز در میان بیماران به

فیزیوتراپی بعد از ترخیص کاملا ضروری است .

\* فیزیوتراپی سبب افزایش بهبودی زخم می شود.

\* فیزیوتراپی سبب کاهش ورم زخم می شود .

\* فیزیوتراپی سبب کاهش چسبندگی در نواحی

سوختگی مخصوصا اطراف مفاصل می شود که در