

مراقبت از زخم

-بخیه ها را تا ۲۴ ساعت کاملا خشک نگه داری کنید.

-روزانه حداقل یک بار پانسمان را تعویض کنید.

-در صورت خیس شدن کثیف شدن آلودگی به ترشح یا خونابه هم نیاز به تعویض پانسمان دارید.

-برای شستشوی زخم فقط از آب و صابون بی بو ویا سرم شستشو استفاده کنید.

-از انجام فعالیتهای جسمی یا ورزش های سنگین که باعث فشار یا ضربه به محل زخم میشود در طول ۱-۲ هفته آینده خودداری کنید .

-ترشح خفیف به صورت مایع زرد کم رنگ رقیق و آبکی در روزهای اول از زخم طبیعی است.

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

-پس از باز کردن پانسمان و کشیدن بخیه ها تا زمان ترمیم کامل پوست باید آن را از نور خورشید محافظت کنید.

-وجود زخم محدودیت غذایی برای شما ایجاد نمیکند اما توصیه میشود تا زمان ترمیم زخم از میوه ها سبزیجات و آرمیوه های سرشار از ویتامین ث استفاده کنید.

در صورت بروز هر کدام از علائم زیر مجددا به اورژانس یا

پزشک مراجعه کنید:

- -آسیب یا پارگی بخیه ها و باز شدن مجدد زخم
- -درد شدید در محل زخم
- -تورم یا قرمزی محل زخم
- -خروج چرک یا ترشحات سبز رنگ از زخم یا تشدید ترشحات اولیه
- -استشمام بوی بد از زخم
- -بروز تب
- -خونریزی مجدد زخم به طوری که پس از ۱۰ تا ۱۵ دقیقه فشار مداوم روی محل زخم متوقف نشود
- -محدودیت حرکت در انگشتان یا مفاصل نزدیک به زخم



روزانه زخم خود را از نظر بروز علائم زیر بررسی کنید:

۱. -تورم و قرمزی اطراف محل زخم
۲. -وضعیت ترشحات
۳. -خطوط قرمز رنگ برجسته اطراف زخم





بیمارستان امام صادق (ع) دلیجان

پمفلت آموزشی

مراقبت از زخم

(Wound Management)



منبع: دستورالعمل یکپارچه ترخیص از اورژانس (دیتا)

تهیه و تنظیم: الهام محمدی

کارشناس ارشد آموزش پرستاری

سال ۱۴۰۰

با آرزوی سلامتی برای شما مددجوی گرامی

جهت دسترسی به مطالب آموزش سلامت و دانلود پمفلت

های آموزش به بیمار به سایت

واحد <https://arakmu.ac.ir/imamsadeghhos/fa>

آموزش (آموزش بیمار) مراجعه نمایید.

- ✓ زخم های پوستی اغلب با نخ های غیر قابل جذب بخیه میشوند، زمان دقیق کشیدن بخیه ها را در زمان ترخیص پزشک حتما به شما خواهد گفت، بخیه های صورت ۳-۶ روز و بخیه های پوست سر و اندام ها ۷-۱۴ روز بعد کشیده میشوند.
- ✓ خارش خفیف محل بریدگی در روزهای اول طبیعی می باشد و از خاراندن محل خودداری شود و فقط پوست را ماساژ دهید.
- ✓ توجه نمایید همه زخم ها نیازی به پانسمان ندارند و ممکن است زخم شما (ناحیه سر و صورت) پس از شستشو و بخیه زدن بدون پانسمان رها شود، در اینصورت اقدام به پوشاندن و پانسمان زخم نکنید.
- ✓ در صورتیکه در اورژانس از عضو آسیب دیده شما عکسبرداری انجام شده است، حتما آن را تا زمان بهبودی کامل نزد خود نگهداری نمایید، چون در صورت بروز علایمی از جمله عفونت، جهت مقایسه به آن نیاز دارید.

با آرزوی سلامتی برای شما بیمار عزیز