



دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی سیرجان
بیمارستان ثامن الحجج
(آموزش به بیمار)

مراقبت از زخم



تهیه و تنظیم: واحد آموزش سلامت بیمارستان امام رضا (ع)

آخرین بازنگری فروردین ۱۴۰۵

در صورت نیاز به اطلاعات بیشتر به سایت بیمارستان مراجعه
نمائید.

Samenalhojajhp.sirums.ac.ir/fa

زخم:

به ازهم گسیختگی قسمتی از بافت های بدن که ممکن است در اثر ضربه، برخورد با جسم سنگین یا جسم تیزوبرنده ایجاد شود و معمولاً با خونریزی همراه است، زخم می گویند.

مراحل اولیه مراقبت از زخم:

شستشوی زخم با سرم شستشو (سرم نمکی) یا آب و صابون ۲- اگر در زخم سنگ ریزه یا آلودگی وجود دارد آن را در جهت مخالف پاک کنید و سعی نکنید تمام سنگ ریزه ها و آلودگی ها را از داخل زخم خارج کنید زیرا ممکن است منجر به صدمات احتمالی گردد. (در صورت پاک شدن در مسیر موافق سنگ ریزه ها بیشتر به داخل زخم فرو می رود). ۳- زخم را به نرمی پانسمان کنید. ۴- محل گاز گرفتگی یا زخم هایی که زمان طولانی (بیشتر از ۱۲ ساعت) از آنها می گذرد را بسته به محل و نوع زخم ممکن است پزشک معالج تصمیم بگیرد بخیه زدن را به تاخیر بیندازد.

مراقبت در منزل:

- ✓ مصرف آنتی بیوتیک تجویز شده توسط پزشک معالج در زمان مقرر و تا پایان دوره درمانی توصیه می شود.
- ✓ در هنگام درد، طبق دستور پزشک مسکن استفاده کنید.
- ✓ از دستکاری زخم خودداری کنید.
- ✓ بهتراست جهت کاهش درد و تورم، محل بخیه، در سطح بالاتراز قلب قرار گیرد.
- ✓ پانسمان طبق نظر پزشک معالج و در زمان مشخص شده، تعویض شود.
- ✓ از مرطوب کردن پانسمان خودداری کنید.



منبع: داخلی جراحی برونر سودارث



هشدار عوارض ناشی از زخمها

عفونت: ورود و رشد ونمو میکروبها را در زخم ، عفونت گویند. . علائم عفونت شامل حرارت بالا و تب ، تورم و قرمزی اطراف زخم ، ازدیاد درد و سوزش زخم می باشد در صورت داشتن علائم فوق به مراکز درمانی یا پزشک معالج مراجعه کنید.



زمان کشیدن بخیه بستگی به نوع زخم ، عمق زخم، محل زخم، تمیزی زخم و سن بیمار متفاوت است زمان خروج بخیه را پزشک معالج به اطلاع شما می رساند .

تغذیه :

برای تسریع در روند بهبودی زخم ها، سعی کنید از تمامی گروه های مواد غذایی مصرف نمایید. از گوشت تازه ، تخم مرغ ، لبنیات شامل : شیر ، ماست ، پنیر ، میوه ، سبزیجات تازه و مغز گردو بیشتر استفاده کنید.

