



## مراقبت از بخیه



تهیه کننده:

سیمین محمدی

(سوپروایزر آموزش سلامت)

تأیید کننده:

دکتر جعفر قبادی

(متخصص طب اورژانس)

بازبینی پاییز ۱۴۰۱

### ◇ زخم

از همگسیختگی بافت طبیعی پوست که ممکن است در اثر ضربه، برخورد با جسم سنگین و یا جسم تیز و برنده ایجاد شود؛ زخم نامیده می شود که معمولاً با خونریزی همراه است. البته اندام انتهایی مانند انگشتان دست، پا و همچنین پوست سر به دلیل عروق فراوان در صورت ایجاد زخم، دچار خونریزی زیاد میشوند که ممکن است باعث نگرانی فرد شود.

**مراحل اولیه مراقبت از تمام زخم ها به شرح زیر است:**

### ◇ قبل از مراجعه به مرکز درمانی

پس از حفظ خونسردی با یک پارچه تمیز (ترجیحاً گاز استریل) روی زخم را نگه دارید تا خونریزی کنترل شود و در صورت امکان اطراف زخم را بشویید.

### ◇ پس از مراجعه به بیمارستان

پزشک طبق صلاحدید، بسته به نوع زخم، چگونگی و زمان ایجاد زخم، توصیه به شستشو و پانسمان و یا بخیه و سپس پانسمان می نماید. در زخمهایی که آلودگی بالایی دارند مثل گازگرفتگی و یا زخمهایی که زمان طولانی (بیشتر از ۱۲ ساعت) از آنها میگذرد؛ بسته به محل و نوع زخم ممکن است پزشک تصمیم بگیرد بخیه زدن را به تأخیر بیندازد و پس از شستشو و پانسمان توصیه به مراجعه مجدد جهت سایر اقدامات درمانی نماید.

در برخی موارد ممکن است نیاز به واکسیناسیون کزاز داشته باشید که طبق دستور پزشک حتماً تزریق خواهد شد.

### مراقبت در منزل

- ممکن است پزشک به دلیل عمق زخم یا آلودگی زخم و احتمال خطر برای ایجاد عفونت توصیه به مراجعه ۲۴ ساعت بعد کند که از بیماران گرمی تقاضا می شود در زمان مقرر نزد پزشک معالج حضور یابد.
- مصرف آنتی بیوتیک در صورت تجویز پزشک در زمان مقرر و تا پایان دوره درمان توصیه شده، الزامی می باشد.
- در هنگام درد می توان با دستور پزشک مسکن استفاده نمود.
- از دستکاری زخم خودداری نمایید.
- محل بخیه شده بهتر است جهت کاهش درد و تورم در سطح بالاتر از قلب قرار گیرد.
- در هنگام استراحت و خواب عضو بخیه شده را می توان با بالش بالا نگه داشت.
- محل بخیه شده را جهت کاهش به جاماندن جای زخم در مقابل آفتاب قرار ندهید.
- پانسمان روزانه به شیوه کاملاً استریل انجام گیرد.
- از مرطوب کردن پانسمان محل زخم اجتناب کنید.

#### توجه: 4

مرطوب نگهداشتن زخم باعث باز شدن بخیه و عفونت موضع می شود محل بخیه ها را روزانه با استفاده از محلول نرمال سالین (سرم شستشو) ضد عفونی و بعد از خشک کردن مجدد پانسمان نمائید. قبل از پانسمان مجدد بخیه، اجازه دهید زخم هوا بخورد تا خشک شود و یا با دستمالی تمیز به آرامی (به روش گذاشتن و برداشتن گاز) آن را خشک کنید.

- بیحرکت کردن عضو مبتلا طبق صلاحدید پزشک (در مفاصل متحرک)

- زمان کشیدن بخیه، بسته به نوع زخم، عمق زخم، محل زخم، تمیزی یا آلودگی زخم، سن و وضعیت سلامتی بیمار متفاوت است .

بخیه	کشیدن بخیه
صورت	۳-۵ روز
دست و پا ( بجز مناطق روی مفاصل	۷-۲۱ روز
قفسه سینه، پشت، شکم	۷-۱۰ روز

جدول زمان کشیدن بخیه، صرفاً جهت اطلاع از مدت زمانی احتمالی ترمیم زخم می باشد و زمان دقیق

کشیدن بخیه توسط پزشک معالج و بعد از رویت زخم می باشد.

از دستکاری بخیه ها جهت جلوگیری از آسیب های بیشتر جداً خودداری نمائید.

بخیه روی مفاصل باید 14 روز در محل بماند. با این حال زمان دقیق برای کشیدن بخیه نهایتاً توسط پزشک تعیین می گردد .

ممکن است پزشک در روز پیشنهاد شده برای کشیدن بخیه، پس از معاینه، توصیه به نگه داشتن بخیه و مراجعه مجدد جهت کشیدن آن نماید .

#### تغذیه:

هر گونه کمبود در تغذیه ترمیم زخم را به تاخیر می اندازد برای تسریع بهبود زخم از تمام مواد غذایی استفاده کنید. می توانید از گوشت تازه، تخم مرغ، لبنیات شیر و ماست، میوه و سبزیجات تازه و مغز گردو استفاده نمائید.



#### هشدار:

محل بخیه در حالت عادی کمی قرمز می شود و ورم می کند. کمی هم سوزش و خارش دارد.

چند روز اول بعد از جراحی، کمی ترشح در محل بخیه دیده می شود که جای نگرانی ندارد. ولی اگر بعد از چندروز، میزان ترشحات کم نشد و یا رنگ آن قرمز روشن به همراه خون بود و یا چرکی شد، حتماً به پزشک خود مراجعه کنید.

محل بخیه زده شده را روزانه بررسی کنید تا عفونت نگردد باشد در صورت درد غیر قابل کنترل و تورم و قرمزی در اطراف بخیه و خروج ترشح چرکی از زخم حتماً پزشک را مطلع نمائید.

تب بالا نیز یکی از علامت مهم و هشدار دهنده در بروز عفونت در محل بخیه میباشد.

باز شدن زخم: این حالت معمولاً به دنبال عفونت و یا حرکت ناگهانی در محل زخم (وقتی بخیه روی مفاصل متحرک مثل مفصل انگشتان دست و یا زانو باشد) ایجاد میشود و توصیه به مراجعه سریع به بیمارستان می گردد.

#### منبع:

اورژانس کارنت / اصول اولیه مراقبتهای اورژانس