



مراقبت در سوختگی



تهیه کننده:

سیمین محمدی

سوپروایزر آموزش سلامت

تأیید کننده:

دکتر محمد وکیلی

فوق تخصص جراحی توراکس و متخصص جراحی عمومی

آخرین بازنگری زمستان ۱۴۰۳

مرکز آموزشی درمانی دکتر فاطمی

سوختگی

صدمه ای است که به از دست دادن یا تخریب بافت پوست منجر می شود. میزان صدمات بافتی ارتباط مستقیم با درجه حرارت یا شدت سوزاندگی عامل سوختگی و طول مدت تماس پوست با منبع سوختگی دارد.

علت سوختگی

۱. سوختگی حرارتی: این سوختگی ناشی از منابع حرارتی خارجی مانند فلزات داغ، مایعات داغ، شعله آتش و بخار آب است.
۲. سوختگی تابشی: این نوع سوختگی ناشی از آفتاب سوختگی و پرتوهایی مانند اشعه ایکس است.
۳. سوختگی شیمیایی: سوختگی‌های شیمیایی ناشی از سوختگی با اسیدهای قوی، مواد قلیایی، مواد شوینده یا حلال‌ها هستند.
۴. سوختگی الکتریکی: این نوع سوختگی ناشی از جریان الکتریکی، جریان متناوب (AC) و جریان مستقیم (DC) است.

پوست عملکردهای ضروری برای بقا انسان را فراهم می کند.

این عملکردها شامل :

- حفظ دمای بدن
- سد برای جلوگیری از هدر رفتن آب از راه تعریق
- فعالیت متابولیکی (تولید ویتامین D)
- حفظ ایمنی بدن از طریق پیشگیری از ورود میکروبها به بدن
- محافظت در مقابل محیط از طریق حس تماس، فشار

طبقه بندی صدمات سوختگی بر اساس اندازه و عمق سوختگی

- درجه اول (سطحی): فقط لایه اپیدرم درگیر شده، اپیدرم قرمز و بدون تشکیل تاول است. علائم و نشانه ها: درد، قرمزی، رنگ پریدگی با فشار، بافت سالم
- درجه دوم (ضخامت نسبی): تخریب اپیدرم و لایه درم همراه با تاول و ادم زیر جلدی و درد. علائم و نشانه ها: درد، تاول، قرمزی، سفید شدن با فشار، بافت سفت
- درجه سوم یا چهارم (ضخامت کامل): همه لایه های پوست تخریب شده اند. بافت های چربی، عضله، اعصاب، فرآورده های خونی و استخوان ممکن است درگیر شوند.



آموزش خود مراقبتی به بیمار

- ❖ جهت شستشوی روزانه زخم حرارت آب را به طور ملایم تنظیم کنید.
- ❖ با لیف نرم و شامپو بچه (فیروز) زخم را به آرامی بشوید. بعد از شستشوی زخم با یک پارچه تمیز و اطو کشیده زخم را به طریق گذاشتن و برداشتن پارچه خشک کنید.
- ❖ پماد تجویز شده را روی زخم بمالید و زخم ها را پانسمان نمایید.
- ❖ بهداشت فردی (شستشوی مکرر دست ها ، مسواک زدن، کوتاه کردن ناخن ها و موهای اطراف زخم) را رعایت نمایید.
- ❖ از خاراندن ، خراش، سائیدن، ضربه زدن، کشیدن و حرکات خشن اجتناب کنید.
- ❖ جهت کاهش خارش از لباس های نخی و کفش های کتانی استفاده کنید.
- ❖ در سوختگی های صورت از کلاه های لبه دار یا پوشش روی صورت و در سوختگی دست از دستکش نخی جهت جلوگیری از تابش خورشید و تیره شدن پوست استفاده نمایید.
- ❖ جهت جلوگیری از ترک محل های سوخته ترمیم شده با پماد و یتامین A+D چرب نمایید و از خاراندن آن خودداری نمایید.
- ❖ عضو آسیب دیده را بالاتر از سطح قلب نگه دارید.



تغذیه

- ❖ در بین وعده های غذایی از میان وعده استفاده نمایید.
- ❖ جهت جلوگیری از یبوست و خشکی پوست به مقدار کافی مایعات (آب و آب میوه طبیعی و ...) بنوشید.
- ❖ از غذاهای پرپروتئین و پر انرژی (گوشت، مرغ، تخم مرغ) میوه و سبزیجات تازه و لبنیات (شیر و ماست) استفاده نمایید.
- ❖ از خوردن غذاهای حساسیت زا (گوجه فرنگی، بادمجان، سوسیس و کالباس، غذاهای تند مثل فلفل ها) اجتناب کنید.

به منظور کاهش خارش:

- ❖ از لباس های نخی یا پنبه ای استفاده شود.
- ❖ برای کاهش خارش دوش آب سرد بگیریید.
- ❖ پوست را با لوسیون های تجویز شده چرب نگه دارید.
- ❖ شستشوی یک روز در میان 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 خودداری گردد.

فیزیوتراپی بعد از ترخیص

- ❖ مراجعه روزانه یا یک روز در میان بیماران به فیزیوتراپی بعد از ترخیص کاملاً ضروری است.
- ❖ فیزیوتراپی سبب افزایش بهبودی زخم می شود.
- ❖ فیزیوتراپی سبب کاهش ورم زخم می شود.
- ❖ 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 ها

- داروهای تجویز شده توسط پزشکتان را مرتب مصرف نمایید.
- در صورت بروز تب و لرز، بوی بد زخم، قرمزی، درد، تورم ، سفتی، گرمی در داخل یا اطراف زخم، شکاف یا تاول زخم به پزشک معالج مراجعه نمایید.
- سه روز بعد از ترخیص از بیمارستان جهت کنترل وضعیت زخم و مراقبتهای 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 بوجود آمده نیاز به زمان دارید.
- بتدریج فعالیت های قبلی خود را از سر بگیریید.
- با خانواده و دوستان نزدیک خود در مورد نگرانی ها و نیازمندیهای خود صحبت بکنید.
- در صورت بروز مشکل حتماً از یک روانشناس مشاوره بگیریید.

منابع:

کتاب در سنامه داخلی جراحی برونر سوارث ۲۰۲۲ (بخش

سیزدهم؛ پرستاری بیماری های پوست و سوختگی)

نویسنده: جنیس ال. هینکل، کری اچ. جیویر، کریستین ج. اووربو

مترجم: علی محمد پروینیان نسب