



## عنوان سند: راهنمای شستشو و آموزشهای لازم جهت سوختگی

کد سند: NO-BK-۰۲



تهیه کننده:

طیبه نظری رباطی

تنظیم کننده: فرحناز نریمیا

سوپروایزر آموزش سلامت

و بیشتر از ۱۰ روز طول بکشد ، بایستی جهت عمل جراحی به متخصص سوختگی مراجعه نمائید.

۱۶- در مورد بیماران عمل شده به مدت ۶ ماه تا ۱ سال زخمها ، در معرض تابش مستقیم آفتاب قرار نگیرد و از کیسه کشیدن روی محل گرافت و محل برداشت پوست (دنور) خودداری شود.

### توجه:

تعویض پانسمان صبح ها ۸ تا ۱۲ صبح میباشد. پانسمان مجدد در شیفت عصر یا شب انجام نمیشود.

منابع: کتاب داخلی و جراحی پرستاری

، پروتوسودارت ۲۰۱۸

۱۱- از خوردن غذاهایی که ایجاد حساسیت میکند مانند : گوجه فرنگی، بادمجان، فلفل، سوسیس ، کالباس و غذاهای تند خودداری نمائید.

۱۲- برای جلوگیری از تیره شدن پوست صورت و دستها ا تا ۲ ماه بعد از ترمیم زخم میتوان از کرمهای ضد آفتاب با SPF بالای ۴۶ استفاده کرد.

۱۳- بعد از ترمیم زخم، مرتب نواحی ترمیم شده را چرب نگهداشته و در مقابل نور آفتاب محافظت نمائید.

۱۴- یک هفته بعد از بهبودی کامل مراجعه به درمانگاه یا پزشک متخصص الزامی است.

۱۵- در صورتی که زخم سوختگی عمیق بوده و

**بیماران و مراجعه کنندگان محترم جهت تسریع در بهبود سوختگی موارد زیر را رعایت فرمائید:**

۱- روز بعد از سوختگی بدون بازکردن پانسمان، به درمانگاه سوختگی مراجعه نمائید.

۲- بیمارانی که دچار سوختگی صورت شده اند بعد از پانسمان تا ۲۴ ساعت، بایستی مرتب روی پانسمان سرم نمکی شستشو بریزند.

۳- در صورت بروز نشانه های زیر فوراً به پزشک یا اورژانس سوختگی مراجعه نمائید: نداشتن دفع ادرار، تهوع و استفراغ، تنگی نفس

۴- استحمام در منزل را قبل از مراجعه به درمانگاه سوختگی به طریقه زیر انجام دهید : ابتدا وسایل مورد نیاز شامل شامپو بچه و دو عدد ملحفه تمیز را فراهم نمائید. سپس باند روی پانسمان را چیده و باند

را از روی پانسمان برداشته و اندام سوخته را زیر آب ولرم بگیرید تا گازها خیس بخورد بعد گازها را برداشته محل زخم را با شامپو بچه و با لیف تمیز به آرامی بشوئید و بعد از آب کشیدن زخم، با یک پارچه تمیز و اطو کشیده خشک کرده و با ملحفه تمیز دیگر زخم را پوشانده و به این مرکز مراجعه نمائید.

۵- بهداشت فردی را رعایت نمائید از جمله: شستشوی مکرر دستها - تراشیدن موهای اطراف زخم- مسواک کردن دندانها-کوتاه نگهداشتن ناخن ها

۶- اندام سوخته بالاتر از سطح بدن گذاشته شود و بایستی مفاصل در صورتی که دچار سوختگی شده اند ورزش داده شوند بنابراین انجام نرمش ها

و حرکات ورزشی توصیه شده توسط فیزیوتراپ الزامی است.

۷- رعایت رژیم غذایی جهت تسریع در ترمیم زخم های سوختگی الزامی است. مصرف کافی گوشت، مرغ، ماهی، میگو، تخم مرغ، شیر، ماست، میوه و سبزیجات تازه با مایعات فراوان توصیه می شود.

۸- از قرار گرفتن در محل های شلوغ و پرگرد و غبار خودداری کنید.

۹- در سوختگی صورت شستشوی مکرر آن و استفاده از پماد تجویز شده رعایت گردد.

۱۰- قسمت های سوخته را در معرض نور مستقیم آفتاب قرار ندهید.