

مراقبت از بخیه، زخم و پانسمان

کد رسانه : Plt-Shafa-115-009



تهیه و تنظیم: واحد آموزش بگانی و ارتقاء سلامت



در صورت مشاهده علائم زیر به پزشک مراجعه کنید:

- ♦ آسیب یا پارگی بخیه ها
- ♦ باز شدن مجدد زخم
- ♦ درد محل زخم
- ♦ تورم محل زخم
- ♦ قرمزی محل زخم
- ♦ خونریزی
- ♦ خروج چرک
- ♦ تشدید ترشحات اولیه
- ♦ خروج ترشحات سبز رنگ از محل زخم
- ♦ تب
- ♦ بروز خطوط قرمز رنگ اطراف محل زخم
- ♦ استشمام بوی بد
- ♦ محدودیت حرکت در انگشتان یا مفاصل نزدیک به زخم
- ♦ برجسته و دردناک شدن غدد لنفاوی زیر بغل ، گردن یا کشاله ران که به محل زخم نزدیک می باشند



♦ در صورتی که زخم شما پانسمان شده است، حداقل ۴۸ ساعت، پانسمان را به شکل اولیه حفظ نموده و سپس تا یک هفته بعد یا تا زمانی که پزشک به شما توصیه کرده، زخم را شسته و با یک پانسمان سبک بپوشانید.

در مورد تعویض پانسمان به نکات زیر توجه کنید:

- ♦ روزانه حداقل یکبار پانسمان را تعویض کنید.
- ♦ در صورت خیس یا کثیف شدن و یا آلودگی به ترشح و خونابه نیاز به تعویض پانسمان خواهید داشت.
- ♦ قبل و بعد از تعویض پانسمان، دستان خود را بشویید و قبل از انجام کار ، ترجیحاً از دستکش استفاده کنید.
- ♦ پانسمان قدیمی را به آهستگی از روی زخم بردارید و اگر به زخم چسبیده کمی آنرا مرطوب کنید.
- ♦ برای شستشوی زخم فقط از آب و صابون (بدون بو) و یا محلول شستشوی نمکی (سرم شستشو) استفاده کنید.
- ♦ باند یا چسب را محکم به دور اندام نپیچید تا مانع خونرسانی به عضو نشود.
- ♦ برای اطمینان از خون رسانی مناسب اندام، پس از بستن باند یا زدن چسب، اندام پایین تر از محل بستن باند یا چسب را از نظر رنگ و حرارت کنترل نموده و در صورت رنگ پریدگی یا سردی آن، بانداز یا چسب را برداشته و شل تر ببندید.

زخم شامل پوست خراشیده، پاره، بریده، سوراخ یا دریده، اختلال در ساختار و عملکرد طبیعی پوست و بافت نرم زیرین آن است که ناشی از جراحی، ضربه، بریدگی، مواد شیمیایی، گرما/ سرما، نیروی اصطکاک/ برشی و فشار بوده و سبب شکست در عملکرد محافظتی پوست می شود.

توجه داشته باشید که:

- ♦ خارش زخم و درد در روزهای ابتدایی طبیعی است، بنابر این ضمن خودداری از خاراندن زخم، برای تسکین درد می توانید طبق نظر پزشک از استامینوفن استفاده کنید.
- ♦ در روزهای اول، ترشح خفیف بصورت مایع زرد کمزنگ، رقیق و آبکی از زخم طبیعی است.
- ♦ در روزهای ابتدایی ممکن است روی زخم با یک لخته یا دلمه پوشیده شود؛ به هیچ وجه آن را دستکاری نکنید.
- ♦ به مدت ۲-۱ هفته از انجام فعالیت های جسمی یا ورزش های سنگین که باعث فشار یا ضربه به محل زخم می شود، خودداری کنید.
- ♦ از آنجا که ویتامین ث، روند ترمیم زخم را سریعتر کرده، تا زمان ترمیم زخم از میوه ها، سبزیجات و آب میوه های سرشار از ویتامین ث مانند لیمو، پرتقال، گوجه فرنگی و توت فرنگی، بیشتر استفاده کنید.

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

- ♦ تورم و قرمزی اطراف محل، خونریزی، وضعیت ترشحات و خطوط قرمز رنگ برجسته اطراف زخم

بخیه

اگرچه زخم ها حتی بدون بخیه هم، در هر صورت بهبود پیدا می کنند، اما بخیه زدن باعث خواهد شد که:

- ♦ کنترل خون ریزی بهتر صورت پذیرد
- ♦ زخم سریعتر بهبود یابد
- ♦ زخم کمتر دچار عوارضی مانند عفونت شود
- ♦ پس از بهبودی، محل زخم دچار بد شکلی نشده و آثار اندکی از جای زخم باقی بماند.

بخیه زدن در موارد زیر انجام می شود:

- ♦ زخم های وسیع
- ♦ زخم هایی که لبه های آن از هم دور باشند
- ♦ زخم هایی که کناره های آن، نامنظم یا ناهموار است
- ♦ زخم های توأم با له شدگی یا تخریب پوست
- ♦ زخم های عمیق که کل ضخامت پوست را در بر گرفته باشند.

بجز موارد فوق، زخم نیاز به بخیه ندارد. در این مورد به تشخیص پزشک اعتماد کنید و نگران نباشید.

مراقبت بخیه

- ♦ بخیه ها را تا ۲۴ ساعت کاملاً خشک نگه دارید. این زمان در مورد بخیه های قابل جذب بیشتر است که زمان دقیق آن را پزشک به شما خواهد گفت.

♦ بخیه های غیرقابل جذب را می توانید پس از ۲۴ ساعت با آب و صابون بشوید، اما مدت زمان آن نباید زیاد باشد چون تماس زیاد با آب سبب کاهش سرعت بهبود زخم و افزایش احتمال عفونت می شود.

♦ پس از شستن بخیه، با پارچه نخی سبک و تمیز یا گاز استریل با حرکات ضربه ای ملایم، محل را خشک کرده و در صورت تجویز پزشک، روی آن را با یک لایه نازک از پماد آنتی بیوتیک بپوشانید.

♦ برای خشک کردن محل بخیه، به هیچ وجه از پنبه یا دستمال کاغذی استفاده نکنید.

♦ در صورت تجویز آنتی بیوتیک خوراکی، آن ها را به موقع مصرف نموده و دوره درمان را کامل کنید.

♦ به هیچ وجه از الکل، بتادین، آب اکسیژنه، محلول های ضد عفونی کننده، کرم یا نرم کننده های آرایشی، روغن های معطر یا پماد های کورتونی روی زخم استفاده نکنید تا از تحریک پوست، بروز حساسیت، عفونت و تأخیر در بهبود زخم پیشگیری شود.

♦ اگر چه زمان دقیق کشیدن بخیه ها بر اساس نظر پزشک است اما بخیه صورت معمولاً ۶-۳ روز و بخیه پوست سر و اندام ها ۱۴-۷ روز بعد کشیده می شود.

♦ پس از کشیدن بخیه ها و باز کردن پانسمان، تا زمان ترمیم کامل پوست با استفاده از ضد آفتاب، کلاه و لباس پوشیده، محل را از نور خورشید محافظت کنید.

♦ همه زخم ها نیاز به پانسمان ندارند، زخم سر و صورت گاه پس از بخیه بدون پانسمان رها می شوند.