

بسمه تعالی



مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی سینا

آموزش موقع ترخیص بیماران مبتلا به سوختگی

تهیه و تنظیم: اسدالهی، کارشناس پرستاری

تایید کننده علمی: دکتر خیری فوق تخصص

جراحی پلاستیک و سوختگی

منبع: کتاب آموزش به بیمار

تألیف ماری ام. کانایو، ترجمه دکتر نصیریانی

تاریخ تدوین: اسفند ۱۳۹۸

تاریخ بازنگری = شهریور ۱۴۰۱

آموزش حین ترخیص برای بیماران سوختگی

-مراجعه روزانه یا یک روز در میان به بخش فیزیوتراپی چه در زمانی که بیمار پانسمان دارد و چه در زمانی که پانسمان ندارد.

-بعلت خشک بودن محل‌های بهبود یافته پوست خود را روزی دو تا سه بار با شامپوی بچه شسته و پس از خشک کردن با پماد مناسب (با تجویز پزشک) چرب نمایند.

-برای سوختگی صورت از پماد ویتامین A و برای سوختگی تنه و اندامها از پماد A + D استفاده شود.

-انجام ورزشهای آموزش داده شده بصورت سه الی چهار بار در روز و تکرار هر حرکت ۲۰-۳۰ مرتبه که باید به مرور زمان افزایش یابد.

- وضعیت مناسب برای استراحت بیمار در منزل توسط فیزیوتراپ تعیین می شود

-برای جلوگیری از جمع شدگی مفاصل درنواحی جلوی آرنج، پشت زانو، مچ پا، و کف دست وانگشتان باید از آتل یا اسپلینت استفاده شود.

-برای سوختگی دهان از قالب دهانی و نیز برای سوختگی جلوی گردن از گردن بند طبی چانه دار استفاده شده و از قرار دادن بالش در زیر سر خودداری شود.

-جهت جلوگیری از رشد بافت اسکار (گوشت اضافی) بایستی ۱۲ تا ۱۸ ماه از بانداز کشی (فشارنده) یا لباس Jobst استفاده نماید.

- باند کشی و یا لباسهای کشی معمولاً سه روز یکبار یا هر وقت که زیاد چرب شود باید بوسیله صابون بچه یا شامپوی بچه و با آب ولرم شستشو داده شود اما

چلانده نشود و پس از آن روی یک سطح افقی پهن گردد تا خشک شود .
(این گونه لباسها را نباید آویزان کرد)
-جهت جلوگیری از بد شکل شدن مفاصل کودکان حداقل ۶ ماه و بزرگسالان حداقل ۳ ماه بایستی از splint (آتل) تحت نظر فیزیوتراپ استفاده نمایند .
-محیط اطراف بیمار خنک باشد .

-جهت جلوگیری از تیره شدن محل سوختگی بیمار در معرض آفتاب قرار نگیرد.

- برای جلوگیری از تابش آفتاب به صورت و دستها باید از دستکش نخی ' کلاه لبه دار ' روسری نخی و عینک آفتابی بزرگ استفاده شود.

-خودداری از عواملی که باعث تاول زدن پوست میشود. مانند خشک بودن

پوست ' خاراندن پوست و خراشیدن پوست

-برای تسکین خارش از روش های زیر استفاده گردد :

-زدن ضربات آهسته بوسیله کف دست ' شستن یا مرطوب نگه داشتن ناحیه سوخته با آب سرد ' چرب نگه داشتن پوست و استفاده داروهای ضد خارش (طبق توصیه پزشک)
- برای جلوگیری از خارش نواحی سوخته از انجام اعمال زیر خودداری شود: پرهیز از قرار گرفتن در محیط های گرم ، پرهیز از پوشیدن لباس های تنگ و پلاستیکی و پشمی (لباس بیمار باید نخی باشد) ' پرهیز از خشک نگه داشتن پوست ' پرهیز از خوردن غذاهای محرک مانند بادمجان ' فلفل ' سیر ' تخم مرغ ' رب گوجه فرنگی ' ترشیجات ' شکلات ' ادویه جات ، چیپس ' پفک و هرچیز دیگری که خوردن آن سبب افزایش خارش میشود.

آموزشهای عمومی :

بدانید که سازگاری روانی با صدمات سوختگی به مرور زمان حاصل می شود به خاطر داشته باشید که تغییر در نحوه ی زندگی نیاز به زمان دارد به تدریج فعالیتهای قبلی خود را از سر بگیرید.
با خود و خانواده و دوستان در مورد نیازها و امیدها و ترس ها صادق باشید جهت پیشگیری از عوارض سوختگی ۱۰ روز بعد از ترخیص بایستی به پزشک معالج مراجعه نمایید.