

آموزشهای بدو بستری :

1-دستبند شناسایی که به دست غالب شما بسته شده است تا زمان ترخیص نگهداری کنید.

2-به علت خطر سقوط از تخت همیشه نرده کنار تخت بالا باشد .

3-حتما"قبل از خروج از تخت 10 دقیقه در وضعیت نشسته و پاها آویزان باشد .وسپس اقدام به خروج از تخت نمایید.

4- همراه بیمار باید قبل از انجام هر اقدامی برای بیمار ،به پرستار اطلاع دهد.

5-نام پزشک خود را بدانید ونام پرستار خود را در هر شیفت پیرسید.

6-درمورد فعالیت ونوع تغذیه از پزشک یا پرستار خود سوال کنید.

7- جهت پیشگیری از عفونت دستهای خود را بطور مرتب بشوید.

آموزشهای حین بستری :

اگزما

درماتیت یا اگزما به التهاب پوستی ، قرمزی و خارش پوست اطلاق می شود . درماتیت علل مختلف دارد و به اشکال گوناگون بروز می کند.

این بیماری یک مشکل شایع است مجموعه ای از مراقبت های شخصی و داروها می توانند آن را درمان کنند.

انواع درماتیت عبارتند از : درماتیت تماسی ، درماتیت عصبی ، درماتیت شوره ای و درماتیت آلرژیک . هر کدام از این درماتیک ها علائم و نشانه های متفاوتی دارند.

علل بیماری :

این بیماری ممکن است در نتیجه تماس مستقیم با یک عامل محرک و یا انرژی زا باشد محرک های شایع عبارتند : صابون های شست و شوی لباس ، صابون های معمولی و شوینده

الرژن های احتمالی عبارتند از : ابریشم - فلزاتی نظیر نیکل - جواهرات - عطر - مواد آرایشی - علف های هرز

مواد محرک زمان و مقادیر بیشتری را نسبت به الرژن ها نیاز دارند تا باعث ایجاد درماتیت شوند است منجر به بروز درماتیت شود .

درماتیت عصبی : لباس تنگ و خاراندن پوست منجر به بروز این درماتیت می شود ایت تحریک شما را به تکرار ساییدن پوست خود وادار می کند . شایع ترین مکان ها عبارتند از : قوزک پا - مچ - قسمت خارجی ساعد و بازو و پشت گردن

درماتیت شوره ای : اغلب دارای یک تمایل وراثتی است .

در بین افرادی با پوست یا موی چرب شایع است و ممکن است با توجه به فصول سال شدت یابد. امکان دارد بیماری در زمان استرس یا برخی مشکلات عصبی نظیر بیماری پارکینسون رخ دهد

درماتیت ناشی از تورم : هنگامی که تجمع مایع درون بافتی ، پوست شما را تحت فشار قرار دهد. این نوع درماتیت رخ می دهد. وریدهای واریسی و دیگر شرایط مزمن در پاها می تواند منجر به تجمع مایع شود.

درماتیت اتوپیک : اغلب با الرژی ها همراه هست و در خانواده هایی که دیگر اعضای آن مبتلا به آسم یا تب یونجه هستند ، دیده می شود.

اغلب در دوران کودکی شروع و شدت مختلفی از بیماری را در طفولیت و بلوغ می بینیم. در بالغین مشکل کمتری ایجاد می کند مگر اینکه شما در محل کار خود با مواد محرک و الرژن در تماس باشید. علت اصلی این اختلاف شناخته نشده ، اما ممکن است به دلیل عملکرد سیستم ایمنی بدن باشد. استرس می تواند این وضعیت را تشدید کند .



اگزما

تهیه کننده: دکتر عبدالفاضل معرفت

تایید کننده علمی: دکتر رنجکش

متخصص بیماری های پوست و مو

تاریخ تدوین: مرداد 1399

تاریخ بازنگری: مرداد 1404

سایت بیمارستان سینا

<https://sinahosp.tbzmed.ac.ir>

درمان درماتیت ناشی از تورم: درمان و تصحیح عامل تجمع مایع در قوزک پا لازم است این عمل از طریق پوشیدن جوراب های پلاستیک محافظتی و جراحی عروق واریسی صورت می گیرد. همچنین کاربرد پانسمان های مرطوب جهت نرم کردن پوست و درمان کنترل عفونت نیز ضروری به نظر می رسد.

پیشگیری:

اجتناب از تماس با موادی نظیر پیچک سمی یا صابون های تحریک کننده - اجتناب از خشک شدن پوست - کاهش دفعات حمام کردن (مدت زمان حمام 15 دقیقه و در زمان از آب ولرم استفاده شود) - مصرف محدود صابون شوینده های مصنوعی (از صابون های ملایم که چربی طبیعی پوست را از بین نمی برد استفاده شود) - پوست خود را به آرامی توسط حوله و بعد از حمام خشک کنید - پوست خود را مرطوب نگاه دارید .

مراحل زیر در کنترل درماتیت به شما کمک می کند: اجتناب از خارش تا حد امکان، مناطق خارش دار را با یک پانسمان بپوشانید. ناخن های خود را کوتاه کنید و شب ها دستکش بپوشید - لباس مناسب بپوشید تا از تعریق بیش از حد جلوگیری شود - پوشیدن لباس های نازک و نرم برای جلوگیری از تحریک پوستی اجتناب از محرک های دیگر شامل فرش پشمی، لباس و رختخواب

در موارد زیر درمان لازم است: اگر ناراحتی منجر به بی خوابی و اختلال در فعالیت روزانه شود. اگر پوست شما به شدت دردناک شود اگر به عفونت پوستی مشکوک شوید.

درمان درماتیت تماسی: درمان اولیه، شناسایی و اجتناب از مواد تحریک کننده است. گاهی اوقات کرم های حاوی هیدروکورتیزون و پانسمان های خیس با مرطوب کردن پوست باعث خارش و قرمزی آن می شود. بهبود ضایعات ممکن است دو تا چهار هفته طول بکشد.

درمان درماتیت عصبی: اجتناب از خارش و درمان های بی مورد قدم اول درمانی است. از پوشیدن لباس های تنگ برای مدت یک هفته یا بیشتر خودداری کنید - لوسیون های هیدرو کورتیزون و کرم ها باعث نرم شدن پوست شما می شود. همچنین پانسمان های فشاری به بهبودی کمک می کند. داروهای آرام بخش در بهبود خارش کمک کننده است لذا باید تحت نظر پزشک مصرف شود، زیرا منجر به اعتیاد دارویی می شود.

درمان درماتیت شوره دار: با شامپوهای مخصوص پوست سر خود را با دقت بشوئید. کرم ها و لوسیون های هیدرو کورتیزون پوست شما رو نرم می کند و باعث بهبود خارش می شود. عفونت های ثانویه نیز درمان شود.