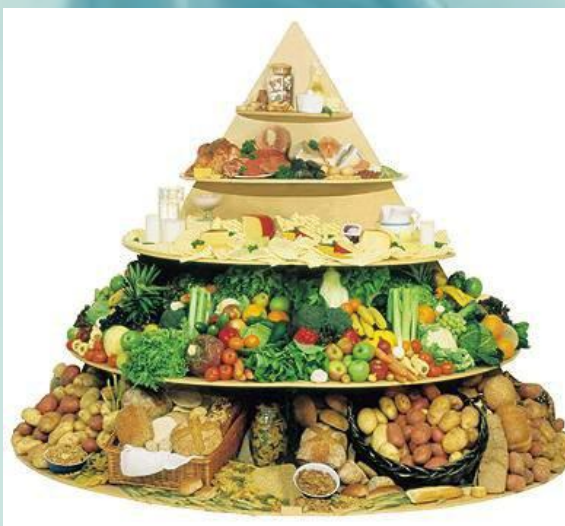




## تغذیه در سوختگی



تهیه کننده: فاطمه جمشیدی دانشجوی

کارشناسی ارشد پرستاری

زیرنظر: دکتر مژگان لطفی

گروه هدف: بیماران مبتلا به سوختگی

افزایش قندخون می تواند باعث اختلال در جریان خون به سمت زخم شده و بنابراین باعث کاهش اکسیژن و ریزمغذی های کافی و لازم برای التیام زخم بشود. علاوه بر این کاهش ایمنی حاصل از افزایش قندخون با بهبود ضعیف زخم های سوختگی همراه است.

نتایج تحقیقات نشان می دهد که استفاده از ترکیب هیدروکسید کلسیم و روغن کنجد (کنهاید) در سوختگی های عمیق درجه 3 موجب تسریع در روند بهبود آن می شود.

روغن کنجد حاوی اسیدهای چرب مختلف است و ضمن خاصیت آنتی اکسیدانت با توجه به ویتامین های A-B-E و مواد معدنی آهن، کلسیم، مس و فسفر خاصیت ضد باکتریایی و ضد التهابی و ایمن بخشی دارد.

منابع:

-داخلی جراحی برونر(پوست و سوختگی)

-اصول تغذیه کراوس 2012

کربوهیدرات ها منبع اصلی انرژی در رژیم های غذایی هستند. گلوکز، سوخت متابولیسمی اصلی در تمام اجزاء سلولی، بهبود دهنده ی زخم محسوب می شود و بهترین منبع انرژی غیر پروتئینی در بیماران آسیب های حرارتی است. در حقیقت کربوهیدرات ها برای صرفه جویی در پروتئین ها عالی هستند. توجه داشته باشید که تغذیه ی بیش از حد با کربوهیدرات ها و قندخون بالا می تواند اثر منفی بر درمان سوختگی بگذارد.

در نتیجه نگه داشتن قندخون در حد نرمال برای دستیابی به مناسب ترین شرایط برای بهبود سوختگی ها ضروریست. بنابراین تامین احتیاجات انرژی بیماران دچار سوختگی باید به وسیله پروتئین ها و لیپیدها نیز علاوه بر کربوهیدرات ها همراه باشد.

## اهداف تغذیه ای در سوختگی

اهداف تغذیه در سوختگی عبارتند از جلوگیری از سوء تغذیه پروتئین-انرژی، بازگرداندن تعادل آب و الکترولیتها جهت جلوگیری از ایجاد شوک، تسریع التیام زخم و اصلاح افزایش قند خون ناشی از استرس.

-در مرحله شوک (روزهای اول و دوم)، در محل سوختگی ورم زیادی ظاهر میشود و آب و الکترولیتها بویژه سدیم و نیز مقدار زیادی پروتئین از بدن دفع میشود. استفاده سریع از تزریق وریدی برای جبران مواد از دست رفته لازم است.

-در مرحله بهبود (روز سوم به بعد)، پس از تعادل آب و الکترولیتها، بهتر است تغذیه وریدی قطع شده و تغذیه از راه دهان شروع شود.

فردی که دچار سوختگی شدید میشود، در حالت افزایش شدید سوخت و ساز بدن قرار دارد به طوری که متابولیسم به میزان ۲ برابر حالت طبیعی افزایش یافته و فرد دچار کمبود یا از دست دهی نیتروژن (پروتئین) میشود و وضعیت تعادل آب و الکترولیتها و نیز بر هم خورده و دچار کاهش شدید وزن میشود، مگر اینکه سریعاً از نظر تغذیه حمایت شود.

## ملاحظات تغذیه ای در سوختگی

-میزان پروتئین مورد نیاز در سوختگی، ۳ برابر میزان مورد نیاز در حالت عادی است. حداقل ۱۵۰ گرم پروتئین و گاهی نیز ۲۰۰ گرم روزانه همراه با رژیم حاوی ۳۵۰۰ تا ۵۰۰۰ کالری مورد احتیاج است.

-در این دوره نیاز به ویتامین ث ۵ تا ۱۰ برابر افزایش می یابد. ویتامین ث برای سنتز کلاژن و در نتیجه ترمیم پوست ضروری است.

-نیاز به ویتامین A، تا دو برابر افزایش می یابد.

-سایر موادی که به صورت ویژه باید مورد توجه قرار گیرند عبارتند از: کارنیتین، فسفر، روی، ویتامینهای گروه ب و اسیدهای چرب امگا ۳.

-بیمار باید به مصرف آب میوه زیاد تشویق شود تا هم ویتامین ث و هم پتاسیم وی را تامین نماید.

-می توان از کره بادام زمینی، تخم مرغ و شیر به عنوان میان وعده استفاده نمود.