

## 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

تالیف 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 بانداژ کشی (فشارنده) یا لباس  
**Jobst** استفاده نماید.

- باند کشی و یا لباسهای کشی معمولا  
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.