

## آموزش حین ترخیص برای بیماران سوختگی:

به آموزشهای داده شده در روز ترخیص توجه نمایید در صورتی که به هر دلیلی موضوعی برای شما نا مفهوم باشد حتما قبل از ترک بخش جهت توضیح بیشتر سوال کنید.

مراجعه روزانه یا یک روز در میان به بخش فیزیوتراپی چه در زمانی که بیمار پانسمان دارد و چه در زمانی که پانسمان ندارد بعنت 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 D + A 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 و انگشتان باید از آتل یا اسپلینت استفاده شود.  
برای سوختگی دهان از قالب دهانی ونیز 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 12 تا 18 ماه از بانداژ کشی (فشارنده) یا لباس Jobst استفاده نمایید.  
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 )



## آموزش حین ترخیص برای بیماران سوختگی

گردآوری: عبدالهی  
تایید کننده علمی: اساتید ترمیمی

منبع:

داخلی جراحی برونر سودارث 2022 پرستاری پوست و سوختگی

تاریخ تدوین: شهریور-1399

تاریخ بازنگری = مرداد 1403

سایت بیمارستان سینا  
[/https://sinahosp.tbzmed.ac.ir](https://sinahosp.tbzmed.ac.ir)

جهت دریافت آموزشهای لازم و برنامه ویزیت پزشکان  
درمانگاه بیمارستان سینا به کانال تلگرام آموزش سلامت  
بیمارستان سینا ملحق شوید  
[@amuzesh\\_salamat](https://t.me/amuzesh_salamat)

واحد آموزش سلامت

-برای جلوگیری از خارش نواحی سوخته از

انجام اعمال زیر خودداری شود:

پرهیز از قرارگرفتن 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 محرك مانند بادمجان ، فلفل ، سیر، تخم

مرغ ، رب گوجه فرنگی ، ترشیجات ، شکلات ،

ادویه جات ، چیپس ، پفك و هرچیز دیگری که

خوردن آن سبب افزایش خارش میشود.

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 10 روز

بعد از ترخیص بایستی به پزشک معالج مراجعه

نمایید.

جهت جلوگیری از بد شکل شدن مفاصل کودکان

حداقل 6 ماه و بزرگسالان حداقل 3 ماه بایستی از

splint ( آتل ) تحت نظر فیزیوتراپ استفاده

نمایند \_\_\_\_\_ د .

- محیط اطراف بیمار خنک باشد .

جهت جلوگیری از تیره شدن محل سوختگی بیمار

در معرض آفتاب قرار نگیرید.

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 )