

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- حتماً قبل از خروج از تخت 10 دقیقه در وضعیت نشسته و پاها آویزان باشد. سپس 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 و نام پرستار خود را در هر شیفت بپرسید.

6- درمورد فعالیت و نوع تغذیه از پزشک یا پرستار خود سؤال کنید.

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

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 ، درماتیت ناشی از تورم 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: اساتید پوست

تاریخ تدوین: مرداد 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

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 بشوید.
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.