



بیمارستان جوادالانقر (ع) شهرستان جاجرم

آموزش به بیمار سوختگی



تهیه و تنظیم :

واحد آموزش سلامت ۱۴۰۲

- ◇ هنگام استفاده از پماد ناخن ها کوتاه باشد . دستها قبل از مالیدن پماد به موضع شسته شده و در صورت امکان از دستکش استفاده گردد.
- ◇ پانسمان پس از ترخیص بیمار یک روز در میان در اورژانس انجام می شود.
- ◇ از دستکاری زخم و پانسمان پرهیز نمایید.
- ◇ تغذیه مناسب ، حرکات نرمشی به خصوص در مفاصل بدن ، استفاده از نرم کننده در نواحی سوخته و کرم های ضد افتاب در نواحی باز بدن (صورت - دستها و گردن) در بهبود نواحی سوخته کمک فراوانی می کند.



۹-خارش از شکایت عمده بیماران می باشد. در این گونه موارد، استفاده از داروی ضد حساسیت خوراکی طبق دستور پزشک توصیه می شود.

۱۰-از خاراندن موضع یا وارد آمدن ضربه به آن جداً خودداری نمایید.

۱۱-خنک نگه داشتن محیط در کاهش خارش موثر است



مراقبت های پس از ترخیص

- ◇ بیمار در منزل ناحیه سوختگی را با شامپو بچه شسته و با ملحفه یا پارچه تمیز و اتو کشیده پوشانده و به اورژانس جهت تعویض پانسمان مراجعه نماید.
- ◇ پس از شستشو از اغشته کردن زخم با هرگونه پماد یا مواد ضد عفونی کننده خودداری شود.
- ◇ در هنگام استحمام از کشیدن کیسه و لیف در نواحی سوخته و ترمیم یافته خودداری نمائید.
- ◇ قبل از پانسمان مایعات کافی بنوشید.
- ◇ در صورت عدم تحمل درد با نظر پزشک مسکن دریافت کنید.
- ◇ پوست نواحی بدون پانسمان که ترمیم یافته اند غالباً خشک هستند. باید روزی ۳ تا ۴ بار پماد ویتامین A + D یا روغن زیتون چرب شود.

آموزش به بیمار سوختگی

۱- با صلاحدید مسئول شیفت هر بیمار می تواند فقط یک همراه داشته باشد.

۲- همراه بیمار موظف به پوشیدن لباس ، دمپایی ، دستکش و رعایت مقررات بخش می باشد.



تغذیه بیماران سوختگی:

۱- از رژیم غذایی پر پروتئین (گوشت ، ماهی ، کباب ، سوپ قلم ، تخم مرغ) و پر کالری ، لبنیات (ماست ، شیر ، دوغ) سبزیجات تازه ، میوه های تازه و مایعات فراوان استفاده کنید.

۲- مایعات به مقدار کافی بنوشید.

۳- خوردن غذاهای حاوی فیبر بالا مانند سالاد و سبزی خوردن برای جلوگیری از یبوست کمک می کند.

۴- برای پیشگیری از یبوست و مشکلات گوارشی در طول شبانه روز چندین بار اقدام به راه رفتن نمایید.

۵- از خوردن غذاهای محرک و حساسیت زا (گوجه فرنگی ، بادمجان، سوسیس ، فلفل ، و غذاهای تند و ...) خودداری نمایید.



توجهات مربوط به پوست سوخته

برای محافظت از پوست سوخته در مقابل آفتاب از یک کرم ضد آفتاب با نظر پزشک استفاده کنید.

۱- پوست سوخته بهبود یافته را با یک لوسیون ملایم مانند پماد و ویتامین (آ د A -D) یا روغن زیتون نرم نگه دارید و از خاراندن پوست سوخته خودداری نمایید.

۲- در صورت وجود سوختگی در اندام ها در هنگام قرار گرفتن در آفتاب محل سوختگی را با لباس بپوشانید.

۳- در صورت وجود سوختگی در صورت ، از کلاه لبه پهن و کرم ضد آفتاب مناسب استفاده کرده و هر ۲ ساعت کرم ضد آفتاب را تجدید نمایید تا آن ناحیه از معرض نور خورشید دور باشد.

از قرار گرفتن در محل های شلوغ و گردوغبار خودداری نمایید.

از پوشیدن لباس تنگ و چسبان و پارچه های مواد نفتی در نواحی سوخته جداً خودداری نمایید.

لباس های گشاد ، نخی و سفید به تن کنید. چون رنگ موجود در البسه رنگی ، پوست التیام یافته را تحریک می کند.

۸- از لباس مناسب و دستکش استفاده کنید تا پوست التیام یافته را از خراشها و ضربات احتمالی محافظت نمایید.

تحرک و فیزیوتراپی:

۱- در طول شبانه روز چندین بار در بخش و اتاق خود اقدام به راه رفتن نمایید تا با بهبود گردش خون به بهبود زخم سوختگی کمک نمایید.

۲- در صورت وجود سوختگی در پاها ، منعی برای راه رفتن وجود ندارد، تا حد امکان و با استفاده از وسایل

کمکی راه بروید. در هنگام استراحت در تخت پاها بالاتر از بدن قرار داشته باشد

۳- در صورت وجود سوختگی در دستها ، ورزش انگشتان و مچ دستها که توسط پرسنل آموزش داده می شود را انجام داده و در زمان استراحت دستها بالاتر از بدن قرار گیرد.

۴- در صورت وجود سوختگی در هر یک از اندام ها ، فعالیت های توصیه شده توسط پرسنل را انجام دهید.

۵- در صورت وجود سوختگی در صورت ، پس از چرب کردن صورت با کرم توصیه شده ، از حرکات زیر جهت بهبود فعالیت عضلات صورت استفاده کنید: اخم کردن - خندیدن - شکلک در آوردن - سوت زدن - جویدن - آدامس جویدن - باد کردن بادکنک