

مراقبت از زخم و بخیه

گسیختگی و جدا شدن اتصال بین سلولی در بخشی از پوست یا بافت بدن را زخم می‌گویند. زخم به دو نوع بسته و باز تقسیم می‌شود. بریدگی یا پارگی پوست از جمله زخم‌های باز و کوفتگی‌ها از جمله زخم‌های بسته می‌باشند. زخم باز یک جراحت در سطح پوست است که باعث نمایان شدن قسمت‌های زیر پوست شده و معمولاً موجب خونریزی خارجی می‌شود.

انواع زخم باز

۱- خراشیدگی یا ساییدگی : این زخم در اثر ساییده شدن لایه فوقانی پوست ایجاد می‌شود. به دلیل آن‌که بیشتر اعصاب این لایه آسیب می‌بینند، زخم دردناک، ولی خونریزی قابل توجه نیست. خراشیدگی اگر وسیع باشد یا ذرات خاک یا اجسام خارجی در آن فرو رفته باشد، می‌تواند جدی و خطرناک باشد.

اقدامات : چنانچه جسم خارجی به طور سطحی در پوست فرو رفته است، آن را به آرامی با آب و صابون بشویید و زخم را پانسمان کنید.

۲- بریدگی : زخمی است که لبه‌های صاف داشته و شبیه بریدگی جراحی یا بریدگی با لبه کاغذ است. این زخم، سوزش زیادی داشته و شدت خونریزی در این نوع زخم، بسته به عمق بریدگی، محل و اندازه زخم متفاوت است.

۳- پاره‌شدگی : زخمی است عمیق که دارای لبه‌های ناصاف بوده و در اثر اجسام تیزی مانند شیشه ایجاد می‌شود. در این جراحت، بافت‌های زیرین پوست آسیب دیده و احتمال خونریزی شدید زیاد است.

اقدامات : در بریدگی و پاره‌شدگی، اولویت با کنترل خونریزی به وسیله فشار مستقیم است. لبه‌های زخم را به هم نزدیک کنید. عضو را بی‌حرکت و کمی بالاتر از سطح قلب قرار داده تا از درد و خونریزی آن کاسته شود. چنانچه جسم خارجی در زخم باقی مانده آن را خارج نکنید. زخم را شست و شو و پانسمان کنید و مصدوم را به نزدیک‌ترین مرکز درمانی برسانید.

۴- کنده‌شدگی : زخمی است که قسمتی از پوست یا عضله از بدن جدا یا آویخته شود.

اقدامات : سطح زخم را تمیز و جلوی خونریزی را بگیرید. اگر قسمتی از پوست یا عضله آویزان شده آن را در محل اولیه خود قرار دهید و روی آن را ببندید و بلافاصله مصدوم را به مرکز درمانی برسانید.

۵- سوراخ‌شدگی : زخمی عمیق که در اثر وارد شدن یک جسم نوک تیز ایجاد می‌شود. این جراحت همیشه باعث خونریزی شدید نمی‌شود، ولی در سوراخ‌شدگی‌های شکم و قفسه سینه، احتمال خونریزی‌های شدید و مرگ زیاد است.

اقدامات : در صورتی که جسم خارجی در آن فرو رفته است، آن را خارج نکنید، چرا که با خروج جسم بر شدت خونریزی افزوده می‌شود. بنابراین جسم را با پانسمان ثابت کنید و مصدوم را به بیمارستان منتقل کنید.

۶- قطع عضو : این جراحت شدیدترین نوع زخم‌های خونریزی دهنده است و اغلب به دلیل یک جسم برنده صنعتی آلوده اتفاق می‌افتد.

اقدامات : خونریزی را با وارد کردن فشار مستقیم و بالا نگه داشتن عضو متوقف کنید. برای مراقبت از عضو قطع شده، آن را در یک گاز استریل یا دستمال تمیز بپیچانید و بعد درون یک کیسه پلاستیکی قرار دهید و سر آن را محکم گره بزنید. سپس کیسه حاوی عضو قطع شده را داخل یک کیسه یخ قرار دهید. کیسه حامل عضو و مصدوم را به بیمارستان انتقال دهید.

زخم‌ها در هر وسعتی می‌توانند به سرعت عفونی شده و میکروب‌ها از مسیر گردش خون در سراسر بدن گسترش یابند. بنابراین زخم‌ها باید به درستی تمیز و پانسمان شود. هدف از پانسمان و مراقبت از زخم، بهبود سریع تر آن و جلوگیری از بروز عفونت می‌باشد.



توصیه‌هایی درباره پانسمان زخم

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز



بیمارستان شهید چمران



برای مراقبت از بخیه‌ها به این نکات توجه داشته باشید:

- بخیه‌ها را تمیز و خشک نگه دارید و طبق دستور پزشک پانسمان آن را تعویض کنید.
- هر گونه نشانه عفونت در محل زخم (قرمزی، سوزش، ترشح غلیظ و سبز و یا بوی زننده) را سریعاً به پزشک اطلاع دهید.
- تغذیه مناسب، نوشیدن مایعات کافی، رژیم پر پروتئین و حاوی آهن و روی و ویتامین‌ها برای بهبود سریع‌تر زخم توصیه می‌شود.
- برای کاهش درد و تورم، تا حداکثر دو روز پس از بخیه‌شدن، سعی کنید تا آنجا که ممکن است زخم را بالاتر از سطح قلب نگه دارید.
- جهت کشیدن بخیه‌ها طبق دستور پزشک در زمان معین مراجعه کنید. (۱۰ الی ۱۴ روز)

- تعویض پانسمان را هر روز و یا یک روز در میان طبق دستور پزشک انجام دهید.
- شست و شوی زخم را با سرم شست و شو انجام دهید.
- از مصرف بتادین خودداری کنید، چرا که بتادین به دلیل داشتن املاح ید ممکن است موجب حساسیت در افراد شود.
- برای پوشاندن زخم از پنبه استفاده نکنید، چرا که اغلب پنبه‌ها غیراستریل هستند.
- دستورات دارویی طبق نظر پزشک انجام شود. بدون نظر پزشک از پماد آنتی‌بیوتیک استفاده نکنید، چرا که پماد جلوی خون‌گیری بافت اطراف زخم را گرفته و ترمیم را به تعویق می‌اندازد.
- از کندن دلمه زخم اجتناب کنید، چرا که ترمیم را مختل می‌کند و خطر عفونت را افزایش می‌دهد.
- قبل از خروج از بیمارستان حتماً در مورد تزریق واکسن کزاز از پرستار سؤال شود.
- در صورتی که زخم عمیق است، خونریزی شدید دارد و دو لبه زخم به هم نمی‌رسند، برای بخیه زدن به بیمارستان مراجعه کنید.

بخیه کردن زخم

برخی از بریدگی‌های پوست خودبخود بهبود می‌یابند، در حالی که برخی دیگر از بریدگی‌ها، نیاز جدی به زدن بخیه دارند.



شناسنامه ی بروشور آموزشی کد: pm-06-38-A	
عنوان	مراقبت از زخم و بخیه
تهیه کننده	لیلا قربانی - سمیه زارع کارشناسان ارشد پرستاری
تایید کننده	کارگروه آموزش به بیمار
سال تهیه : ۱۴۰۱	بازبینی : ۱۴۰۵
منابع:	http://www.tebyan.net http://forum.iranvij.ir-1401
پزشک تایید کننده: دکتر سیدعلی هاشمی	
ناظر کیفی: دکتر سیدعباس رخشا	