

هر گونه از بین رفتن تداوم پوست را زخم می‌نامند. برای زخم‌هایی که وسیع بوده یا لبه‌های آن از هم دور باشد یا پوست تخریب شده و یا زخم آنقدر عمیق باشد که کل ضخامت پوست را در برگرفته باشد، به زخم بخیه زده می‌شود در غیر اینصورت زخم نیاز به بخیه نخواهد داشت. لازم است در این مورد به تصمیم پزشک اعتماد کنید و نگران نباشید.

مراقبت از زخم پس از بخیه:

✱ بخیه‌های غیرقابل جذب را تا ۲۴ ساعت و بخیه‌های قابل جذب را تا ۴۸ ساعت کاملاً خشک نگهدارید.

✱ بخیه‌های غیرقابل جذب را بعد از ۲۴ ساعت می‌توانید به آرامی با آب گرم و صابون بشوید، اما آنها را به هیچ عنوان در آب غوطه‌ور نکنید.

✱ بخیه‌ها را بلافاصله بعد از شستشو با ملایمت خشک کنید. برای اینکار از یک پارچه‌ی نخی سبک و کاملاً تمیز که فقط به این کار اختصاص داده‌اید یا از گاز

استریل استفاده کنید.

✱ پس از شستشو می‌توانید روی زخم را با یک لایه‌ی نازک پماد آنتی‌بیوتیک در صورت تجویز پزشک بپوشانید.

✱ به هیچ عنوان از الکل، آب اکسیژنه، بتادین، محلول‌های ضدعفونی کننده، کرم‌های آرایشی یا نرم کننده‌ی پوست روی زخم استفاده نکنید؛ زیرا باعث تحریک پوست می‌گردند.

✱ توجه کنید همه‌ی زخم‌ها نیاز به پانسمان ندارند، بلکه برخی زخم‌ها مانند زخم‌های صورت و پلک باید بدون پانسمان تمیز نگهداشته شوند.

✱ زخم‌های پوستی اغلب با نخ‌های غیرقابل جذب بخیه می‌شوند. زمان دقیق کشیدن بخیه را پزشک هنگام ترخیص به شما خواهد گفت. بخیه‌های صورت معمولاً ۳ تا ۶ روز بعد و بخیه‌های پوست سر، تنه و اندام‌ها ۷ تا ۱۴ روز بعد کشیده می‌شود.

✱ در روزهای نخست ممکن است روی زخم با یک لخته یا دلمه پوشیده شود و در روزهای بعد توده‌ی

گوشتی صورتی رنگ تشکیل خواهد شد، به هیچ عنوان این بافت‌ها را دستکاری یا جدا نکنید چون باعث آسیب به زخم و تاخیر در ترمیم زخم می‌شود.

توجه:

ممکن است تا مدتی دچار بی‌حسی و گزگز شدن یا احساس فشار و کشیدگی در اطراف زخم شوید که طبیعی است و با ترمیم کامل زخم از بین خواهد رفت، هر چند ممکن است گاهی تا ۶ ماه نیز طول بکشد. برای بهبود آن می‌توانید به آرامی پوست را ماساژ دهید.

نکات قابل توجه در تعویض پانسمان:

♦ روزانه حداقل یکبار پانسمان را تعویض نمایید.

♦ در صورت باز شدن، کثیف شدن و آلوده شدن پانسمان به خون، خونا به و ترشحات، نیاز به تعویض مجدد پانسمان خواهید داشت.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران
مرکز آموزشی درمانی ضیائیان
NoG۹



در مورد

مراقبت از زخم

چه می‌دانید؟

تابستان ۱۳۹۹
پمفلت آموزشی مددجو

در صورت بروز هر یک از علایم زیر به
اورژانس مراجعه کنید:

- ✓ تورم و قرمزی محل زخم
- ✓ خروج چرک یا ترشحات سبز رنگ از زخم
- ✓ استشمام بوی بد از زخم
- ✓ تب
- ✓ محدودیت حرکت در مفاصل نزدیک زخم
- ✓ بروز خطوط قرمز رنگ برجسته اطراف زخم

بالا زوی سلامتی برای شما مددجوی گرامی

جهت دسترسی به مطالب آموزش سلامت و دانلود
پمفلت‌های آموزش به بیمار
[http:// ziaeian.ir](http://ziaeian.ir) و یا
<http://help.tums.ac.ir>
جهت ارائه پیشنهاد و انتقاد
Ziaeian@tums.ac.ir

◆ قبل از انجام بانسمان دستان خود را با آب و صابون
بشوید.

◆ برای شستشوی زخم فقط از شامپو بچه یا سرم شستشو
استفاده کنید.

◆ اگر با صلاحدید پزشک تصمیم گرفتید خودتان
بانسمان را تعویض کنید تا زمانی که زخم کاملاً خشک
نشده و دارای ترشح و رطوبت است هنگام تعویض
بانسمان گاز استریل خشک روی زخم بگذارید و سپس
بانسمان کنید.

◆ باند را روی محل زخم گره نزنید.

◆ قبل از کشیدن بخیه‌ها روی زخم را با پماد چرب
نکنید.

روزانه زخم را بررسی کنید:

- تورم و قرمزی اطراف زخم
- وضعیت ترشحات زخم
- خونریزی
- خطوط قرمز رنگ برجسته اطراف زخم