



بیمارستان فاطمه الزهرا (س) شهرستان حاجی آباد

<http://fzhh.hums.ac.ir>

۰۷۶۳۵۴۲۵۰۴۶

شناسنامه پفلت آموزشی کد: FZH.MNG.P-PH=19

عنوان	سوختگی
تهیه کننده	سوپر وایزر آموزش
تایید کننده	کمیته آموزش به بیمار
سال تهیه	تابستان 1402
ناظر کیفی	سوپروایزر آموزش سلامت
تایید کننده علمی	پزشک جراح

تحرک و فیزیوتراپی:

1- 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.

2- 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.

3- در صورت وجود سوختگی در دست ها، ورزش انگشتان و مچ دست ها که توسط پرسنل آموزش داده می شود را انجام داده و در زمان استراحت دست ها بالاتر از ب دن قرار گیرد.

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

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

*توجهات مربوط به پوست سوخته و مراقبت از زخم پس از ترخیص:

آموزش به بیماران سوختگی:

1-ورود به بخش سوختگی اکیدا ممنوع می باشد.

2-با صلاحدید مسئول شیفت هر بیمار می تواند فقط یک همراه داشته باشد و تعویض همراه در هر 24 ساعت فقط یکبار انجام می شود.

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

4-ملاقات حضوری در داخل بخش ممنوع و فقط از پشت پنجره مجاز می باشد.

*تغذیه بیماران سوختگی:

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

2-مایعات به مقدار کافی بنوشد.

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

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

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

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

2- 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.

3- در صورت وجود سوختگی در اندام ها در هنگام قرار گرفتن محل سوختگی را با لباس ببوشانید.

4- در صورت وجود سوختگی در صورت، از کلاه لبه پهن و کرم ضد آفتاب مناسب استفاده کرده و هر 2 ساعت کرم ضد آفتاب را تجدید نمایید تا آن ناحیه از معرض نور خورشید دور باشید.

5- از قرار گرفتن در محل های شل و غ و گرد و غبار خودداری نمایید.

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

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

8- از لباس مناسب و دستکش استفاده کنید تا پوست التیام یافته را از خراش ها و ضربات احتمالی محافظت نمایید.

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

10- از خاراندن موضع یا وارد آمدن ضربه به آن جدا خودداری نمایید .

11- خنک نگه داشتن محیط در کاهش خارش موثر است.

*نکات لازم در مورد شستشو و پانسمان بیمار پس از ترخیص در واحد اورژانس:

1- بیمار در منزل با شامپو بچه شستشو و با ملحفه یا پارچه تمیز و اتو کشیده پوشانده شود.

2- پس از شستشو از آغشته کردن زخم با هر گونه پماد یا مواد ضد عفونی کننده خودداری شود.

*از دستکاری زخم و پانسمان پرهیز نمایید.

3- در هنگام استحمام از کشیدن کیسه و لیف در نواحی سوخته و ترمیم یافته خودداری نمایید.

4- قبل از پانسمان مایعات کافی بنوشید.

5- در صورت عدم تحمل درد با نظر پزشک مسکن دریافت کنید.

6- پوست نواحی بدون پانسمان که ترمیم یافته اند غالباً خشک هستند. باید روزی 3 تا 4 پماد ویتامین A+D یا روغن زیتون چرب شود.

7- هنگام استفاده از پماد ناخن ها کوتاه باشد . دست ها قبل از مالیدن پماد به موضع شسته شده و در صورت امکان از دستکش استفاده گردد.

8- پانسمان پس از ترخیص بیمار یک روز در میان از ساعت 8 صبح الی 12 ظهر در اورژانس انجام می شود.

9- از دستکاری زخم و پانسمان پرهیز نمایید.

10- تغذیه مناسب، حرکات نرمشی به خصوص در مفاصل بدن استفاده از نرم کننده در نواحی سوخته و کرم های ضد آفتاب در نواحی باز بدن (صورت- دست ها و گردن) در بهبود نواحی سوخته کمک فراوانی می کند .