

مراقبت از زخم پس از بخیه



تهیه و تنظیم: واحد آموزش دفتر پرستاری - پاییز ۱۴۰۳
منبع: مراقبت از زخم و تکنیک های بخیه - اکرم قنبری
مقدم ۱۳۹۲

-محدودیت حرکت در انگشتان یا مفاصل نزدیک به زخم
-بروز تب
-پس از پایان کار مجددا دست های خود را به خوبی بشوید

به نکات زیر در مورد تعویض پانسمان توجه

کنید:

*روزانه حداقل ۱ بار پانسمان را تعویض کنید.
*در صورت خیس شدن، کثیف شدن، آلودگی به ترشح یا خونابه هم نیاز به تعویض پانسمان خواهید داشت.
*برای پوشاندن زخم از پنبه استفاده نکنید. چراکه پرزهای پنبه به سطح زخم می چسبند.
*بدون نظر پزشک از پماد آنتی بیوتیک استفاده نکنید. چراکه پماد جلوی خونگیری بافت اطراف زخم را گرفته و ترمیم را به تاخیر می اندازد
*در صورتی که زخم عمیق خونریزی شدید و دولبه زخم به هم نمی رسند برای بخیه زدن به بیمارستان مراجعه کنید.

قابل توجه مددجویان محترم:

واحد ارتقاء سلامت بیمارستان آماده پاسخگویی به سؤالات شما در خصوص پیشگیری، درمان، مراقبت از بیماری و نحوه پیگیری می باشد. در صورت نیاز، می توانید از ساعت ۱۴-۱۲ با شماره تلفن بیمارستان (۷-۴۵۳۵۵۹۵۳، داخلی ۳۰۵) تماس حاصل نمایید.

<https://emamhasan.abzums.ac.ir/>

*وجود این زخم محدودیت غذایی برای شما ایجاد نمی کند اما توصیه می شود تا زمان ترمیم زخم از میوه ها، سبزیجات و آبمیوه های سرشار از ویتامین ث مثل مرکبات، لیمو ترش، گوجه فرنگی، توت فرنگی، آب لیمو و آب پرتقال بیشتر استفاده کنید، ویتامین ث باعث سریع تر شدن روند ترمیم زخم و بهبود می شود، هم چنین می توانید از قرص ها یا مکمل های حاوی ویتامین ث روزانه یک نوبت استفاده کنید.

روزانه زخم خود را از نظر بروز علائم زیر

بررسی کنید:

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

در صورت بروز هر یک از علائم زیر مجدداً به

اورژانس یا پزشک مراجعه کنید:

-آسیب یا پارگی بخیه ها و باز شدن مجدد زخم
-درد شدید در محل زخم
-تورم یا قرمزی محل زخم
-خروج چرک یا ترشحات سبز رنگ از زخم یا
تشدید ترشحات اولیه
-استشمام بوی بد از زخم

مراقبت از بخیه و پانسمان:

بخیه کردن برای زخم هایی به کار می رود که وسیع بوده یا لبه های آن از هم دور باشند یا کناره های زخم نامنظم و نا هموار یا دچار له شدگی و تخریب پوست باشند و یا زخم آن قدر عمیق بوده که کل ضخامت پوست را در بر گرفته باشد، که تشخیص آن تنها با پزشک خواهد بود و در غیر این صورت زخم نیاز به بخیه نخواهد داشت، در این مورد به تصمیم پزشک اعتماد کنید و نگران نباشید.

هرچند بسیاری از زخم ها با شرایط بالا هم احتمالا بدون بخیه زدن در هر صورت بهبود خواهند یافت اما توجه کنید که بخیه زدن باعث خواهد شد زخم سریع تر بهبود یافته و کمتر دچار عوارضی مانند عفونت شود و پس از بهبودی محل زخم دچار بدشکلی نشده و زخم، اسکار (جای زخم) کوچکتری بر جای می گذارد

*بخیه ها را تا ۲۴ ساعت کاملا خشک نگاه دارید، این زمان در مورد بخیه های قابل جذب بیشتر است.
* بخیه های غیر قابل جذب را پس از ۴۸ ساعت می توانید به آرامی با آب گرم و صابون بشوئید، اما به هیچ وجه آنها را به مدت طولانی در آب غوطه ور نکنید (مثال در وان حمام، استخر،....).

*بخیه ها را بلافاصله با ملایمت خشک کنید، برای این کار از یک گاز تمیز استفاده کنید و به هیچ وجه از پنبه یا دستمال کاغذی استفاده نکنید. دقت کنید که برای خشک کردن نباید پارچه را روی زخم به سختی بکشید و فقط از حرکات ضربه ای ملایم استفاده نمایید

*توجه کنید که همه ی زخم ها نیاز به پانسمان ندارند و ممکن است زخم شما (به خصوص زخم های پوست سر و صورت) پس از شستشو و حتی بخیه زدن بدون پانسمان باشد



*از انجام فعالیت های جسمی یا ورزش های سنگین که باعث فشار یا ضربه به محل زخم می شود در طول ۱ تا ۲ هفته ی آینده خودداری کنید



*در روزهای ابتدایی ممکن است روی زخم با یک لخته یا دلمه پوشیده شود و در روزهای بعد توده ی گوشتی صورتی رنگی تشکیل خواهد شد، به هیچ وجه این بافت ها را دستکاری یا جدا نکنید چون باعث آسیب زخم و باز شدن مجدد و خونریزی آن خواهد شد.

ترشح خفیف به صورت مایع زرد کم رنگ، رقیق و آبکی در روزهای اول از زخم طبیعی است.

*خارش خفیف زخم در روزهای ابتدایی طبیعی است، در این موارد از خاراندن زخم خودداری کنید و فقط پوست را ماساژ دهید.

*در روزهای اول ممکن است احساس درد و سوزش خفیف در محل زخم داشته باشید که برای رفع آن می توانید از استامینوفن استفاده کنید، ترکیبات حاوی آسپرین ممکن است باعث بروز خونریزی شوند.

*در صورتی که هنگام ترخیص برای شما آنتی بیوتیک تجویز شده است دارو را در زمان معین مصرف کرده و دوره ی درمان را کامل کنید.

*در موارد بریدگی و زخم های انگشت معمولا آتل گیری انجام می شود چرا که بی حرکتی باعث محافظت از زخم، کاهش فشار وارد بر آن و تسریع روند بهبودی شود، در صورتی که برای شما آتل گیری شده است آن را تا زمان کشیدن بخیه ها و ترمیم اولیه ی زخم حفظ کنید.