



بیارتان سیدالشہداء (ع) قادر آباد

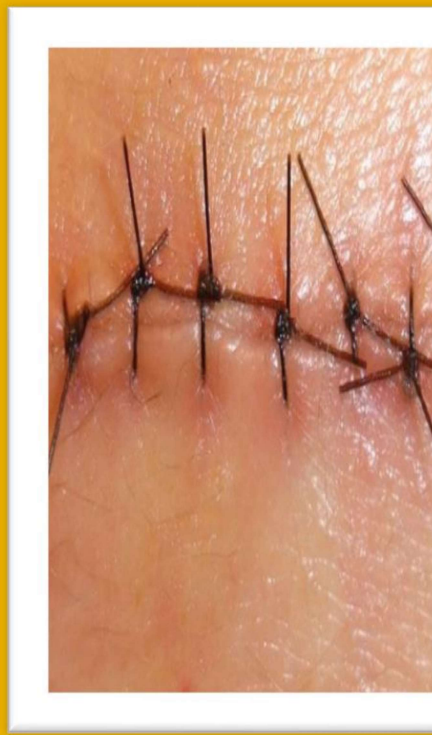
واحد آموزش سلامت

کد سند: SSH-BGC-PE-03

ویرایش: ۱ بازنگری: ۲

تہیہ شدہ: آزادہ خسروانیان

تایید مسؤل علمی بخش	تایید سپروائزر آموزشی



توجہ:

با توجہ بہ جدول زمان باز شدن بخیه، زمان کشیدن بخیه ها حتما باید با هماہنگی پزشک معالج تعیین شود.

تغذیہ:

ہر گونہ کمبود در تغذیہ ترمیم زخم را بہ تاخیر می اندازد برای تسریع بہبود زخم از نام مواد غذایی استفادہ کنید. می توانید از گوشت تازہ - تخم مرغ - لبنیات شیر و ماست، میوہ و سبزیجات تازہ و مغز گردو استفادہ نمایند.



بخیه: بخیه زدن بهترین روش برای ترمیم پارگی های پوست است در این روش از نخ مخصوص بخیه برای دوختن لبه های یک زخم و نزدیک کردن آنها به هم استفاده می شود.

مرددجوی گرامی ۳ هدف اصلی بخیه زدن را بدانیم :

- ۱- جلوگیری از خونریزی محل پارگی و پیشگیری از ایجاد عفونت در زخم
- ۲- باز گرداندن کارکرد بافت های آسیب دیده
- ۳- دستیابی به نتایج زیبایی محل آسیب دیده با به حداقل رساندن جای ماندن زخم ترمیم شده

نکات کلیدی مراقبت از بخیه:

محل بخیه شده را تمیز و خشک نگهدارید باید از زخم طوری مراقبت شود که سه روز پس از بخیه با اجازه پزشک محل زخم شسته شود. زخم محل جراحی را نخراشید و یا در آب غوطه ور نکنید (مثلا در وان حمام).

توجه: مرطوب نگهداشتن زخم باعث باز شدن بخیه و عفونت موضع می شود محل بخیه ها را روزانه با استفاده از محلول نرمال سالین (سرم شستشو) ضد عفونی و بعد از خشک کردن مجدد پانسمان نمایید. قبل از پانسمان مجدد بخیه، اجازه دهید زخم هوا بخورد تا خشک شود و یا با دستمالی تمیز به آرامی آن را خشک کنید.

توجه:

از مواد ضد عفونی کننده نظیر بتادین و آب اکسیژنه و الکل جهت ضد عفونی کردن بخیه استفاده نکنید زیرا باعث آسیب بافت و تاخیر در بهبودی زخم می شود
مرددجوی گرامی بهتر است برای اطمینان از درست بودن روش پانسمان از پرستار کمک بخواهید.

از دستکاری زخم خوداری نماید.
محل بخیه شده بهتر است جهت کاهش درد و تورم در سطح بالاتر از قلب قرار گیرد.
در هنگام استراحت و خواب عضو بخیه شده را می توان با بالش بالا نگه داشت.

در هنگام درد می توان با دستور پزشک مسکن استفاده شود.
در صورت تجویز آنتی بیوتیک دارو سر ساعت و مرتب میل شود.

توصیه می شود محل بخیه شده را جهت کاهش به جاماندن جای زخم در مقابل افتاب قرار ندهید.

مرددجوی گرامی به هشدارها توجه کنید :

محل بخیه جراحی در حالت عادی کمی قرمز می شود و ورم می کند. کمی هم سوزش و خارش دارد.
چند روز اول بعد از جراحی ، کمی ترشح در محل بخیه دیده می شود که جای نگرانی ندارد. ولی اگر بعد از چند روز، میزان ترشحات کم نشد و یا رنگ آن قرمز روشن به همراه خون بود و یا چرکی شد، حتما به پزشک خود مراجعه کنید.

در صورت درد غیر قابل کنترل و تورم و قرمزی در اطراف بخیه و خروج ترشح چرکی از زخم حتماً پزشک را مطلع نمایند. هر روز محل جراحی شده را بررسی کنید تا چرک (عفونت) نکرده باشد.

تب بالا یک علامت مهم و هشدار دهنده جهت بروز عفونت در محل بخیه میباشد
ممکن است نیاز به واکسیناسیون کزاز داشته باشید که طبق دستور پزشک حتماً تزریق شود.

نگته :

زمان کشیده شدن بخیه ها به محل بخیه و واکنش بدن و دستور پزشک بستگی دارد نخ های بخیه جذبی بطور خود بخودی بعد از ۲ تا ۶ ماه در بافت بدن متلاشی و خودبخود از بین میروند، نخ های غیر جذبی نیاز به کشیدن بخیه دارند.

مرددجوی گرامی جدول زیر کمک می کند زمان باز شدن بخیه خود را بدانید .

محل زخم	کشیدن بخیه
صورت	۳ تا ۵ روز
پوست سر	۱۰ تا ۱۴ روز
دست و پا	۷ تا ۲۱ روز
قفسه سینه، پشت، شکم	۷ تا ۱۴ روز
کف دست و پاها	۱۴ تا ۲۱ روز