

زخم یکی از شایع ترین عللی است که بیماران را به بخش اورژانس می کشاند و تعداد زیادی از بیمارانی که با شکایت های دیگر مراجعه می کنند علاوه بر مشکل اصلی خود دارای زخم می باشند. باقی ماندن جسم خارجی در زخم، از نگرانی های رایج می باشد. جسم خارجی در زخم گاهی هیچ مشکلی ایجاد نمی کند و در برخی موارد باعث درد و عفونت می شود در نتیجه خارج کردن اجسام خارجی پیش از بستن زخم از اقدامات ضروری می باشد.

علائم وجود جسم خارجی در زخم

- ✓ احساس آن توسط خود مصدوم
- ✓ افزایش درد در هنگام حرکت
- ✓ لمس محل
- ✓ وجود عفونت مقاوم پس از ترمیم

نحوه ترمیم زخم

- ۱- **ترمیم اولیه** : در این روش بلافاصله پس از ایجاد زخم، با نزدیک کردن لبه های آن، ترمیم انجام می شود.
- ۲- **ترمیم ثانویه** : در این روش که اغلب در زخم های شدیداً آلوده یا عفونی استفاده می شود، زخم باز گذاشته می شود تا خود به خود ترمیم گردد. پس از ترمیم اسکار بزرگی به جا گذاشته می شود.
- ۳- **ترمیم ثالثیه** : زخم به مدت ۵-۴ روز باز گذاشته می شود و سپس در صورت عدم بروز شواهد عفونت، ترمیم انجام می شود.



انواع بستن محل برش عمل جراحی

۲

وسایل مورد استفاده جهت ترمیم

- ۱- **بخیه** : شایع ترین روش ترمیم زخم است و قابل قبول ترین و محکم ترین ترمیم را تأمین می کند.
 - ۲- **مفتول** : استفاده از این روش اغلب محدود به پارگی های کوچک در نواحی به غیر از صورت و ترجیحاً در ناحیه سر می باشد. از معایب آن ایجاد اختلال در CT اسکن و MRI می باشد.
 - ۳- **نوارهای چسبی** : استفاده از آن سریع، آسان و بدون درد است. در صورت عدم همکاری بیمار، چسب ها به راحتی جدا می شوند.
- زمان کشیدن بخیه یا مفتول بسته به محل زخم و شرایط هر فرد متفاوت است، این زمان (با نظر پزشک معالج) در صورت ۳ تا ۵ روز، در تنه ۷ تا ۱۰ روز، در اندام ها ۱۰ تا ۱۴ روز و در روی مفاصل ۱۴ روز است.

۴- چسب مایع بخیه

مصرف آنتی بیوتیک و واکسن کزاز

تمامی زخم های ساده (بسته به نظر پزشک معالج) نیازمند تجویز آنتی بیوتیک نمی باشند، مطالعات نشان داده که مصرف آنتی بیوتیک در زخم های ساده عفونت را کاهش نمی دهد و موجب افزایش مقاومت آنتی بیوتیکی، عوارض روده ای و واکنش های آلرژیک می شود. در تمام افرادی که دچار زخم می شوند، بدون در نظر گرفتن وسعت زخم باید ایمن سازی کزاز انجام شود. ایمنی کامل پس از تزریق ۳ دوز واکسن (دومی یک ماه پس از اولی و سومی شش ماه پس از دومی) حاصل می شود، تزریق دوز یادآور هر ۱۰ سال یک بار و برای افراد با سیستم ایمنی ضعیفتر شامل سالمندان هر ۵ سال یکبار لازم است.

زخم نافذ به زخم هایی که عمق آنها از سطح پوست دیده نشود گفته می شود، عوارض این زخم ها عبارتند از :

- ۱- **سلولیت** : این عفونت در عرض ۴ روز در اطراف زخم ایجاد می شود و علائم آن شامل درد شدید، تورم، قرمزی، گرمی می باشد که با مصرف آنتی بیوتیک بهبود می یابد.

۳

۲- **آبسه** : معمولاً بدلیل باقی ماندن جسم خارجی ایجاد می شود، علائم آن شامل درد، ترشح از محل زخم، احساس وجود جسم خارجی، توده دردناک و گرم و متحرک در لمس می باشد، بهبودی با خارج کردن جسم خارجی و مصرف آنتی بیوتیک حاصل می شود.

۳- **عفونت عمقی** : علائم آن شامل درد بسیار شدید، قرمزی، تورم، خروج چرک می باشد، درمان نیاز به آنتی بیوتیک تزریقی و مداخله جراحی دارد.

۴- **عفونت استخوان و مفصل** : خطرناکترین عارضه می باشد، علائم شامل درد، تورم، قرمزی و خروج چرک می باشد، درمان شامل آنتی بیوتیک تزریقی و مداخله جراحی می باشد.

زخم ناشی از گاز گرفتگی جانوران

- ۱- شستشوی زخم با مقادیر فراوان آب و صابون، بتادین ۱٪ و یا سرم شستشو
- ۲- ایمن سازی کزاز و هاری
- ۳- بی حرکت کردن اندام آسیب دیده با اتل
- ۴- گرفتن جانور (ترجیحاً زنده یا تازه کشته شده) جهت بررسی هاری
- ۵- پوشاندن زخم با پانسمان استریل یا گاز استریل و انتقال به مرکز درمانی



۴

- ❖ در صورت بروز هر یک از این علائم پس از ترخیص مجدداً به اورژانس یا پزشک مراجعه کنید : آسیب یا پارگی بخیه ها و باز شدن زخم، درد شدید در محل زخم، تورم یا قرمزی در محل زخم، خروج چرک یا ترشحات سبز رنگ یا تشدید ترشحات اولیه، استشمام بوی بد از زخم، خونریزی مجدد از زخم به طوری که پس از ۱۰ تا ۱۵ دقیقه فشار مداوم روی محل زخم متوقف نشود، بروز خطوط قرمز رنگ برجسته اطراف محل زخم، محدودیت حرکت در انگشتان یا مفاصل نزدیک به زخم، بروز تب، برجسته و دردناک شدن غده های لنفی زیر بغل یا گردن یا کشاله ی ران نزدیک به محل زخم
- ❖ بخیه ها را تا ۲۴ ساعت کاملاً خشک نگاه دارید (بخیه های غیر قابل جذب را پس از ۲۴ ساعت می توانید به آرامی با آب گرم و صابون بشوئید و با یک پارچه نخی تمیز یا گاز استریل خشک کنید)، از پنبه یا دستمال کاغذی استفاده نکنید
- ❖ به هیچ وجه از الکل، بتادین، آب اکسیژنه، محلول های ضد عفونی کننده، کرم های آرایشی یا نرم کننده، روغن های معطر یا پمادهای کورتونی روی زخم استفاده نکنید
- ❖ انجام پانسمان زخم و تعویض پانسمان طبق دستور پزشک (زخم های پوست سر و صورت نیاز به پانسمان ندارند)
- ❖ خودداری از انجام فعالیت های جسمی یا ورزش های سنگین که باعث فشار یا ضربه به محل زخم می شوند به مدت ۱ تا ۲ هفته
- ❖ شکل نهایی پوست در جای زخم ۶ تا ۱۲ ماه بعد کاملاً مشخص خواهد شد و در این دوره در برابر ضربه های مشابه آسیب پذیرتر است

- ❖ خارش خفیف زخم در روزهای ابتدایی طبیعی است، در این موارد از خاراندن زخم خودداری کنید و فقط پوست را ماساژ دهید
- ❖ ترشح خفیف به صورت مایع زرد کم رنگ، رقیق و آبکی در روزهای اول از زخم طبیعی است
- ❖ برای رفع درد و سوزش روزهای اول در محل زخم از استامینوفن استفاده کنید، ترکیبات حاوی آسپرین ممکن است باعث بروز خونریزی شوند
- ❖ در صورتی که برای شما آنتی بیوتیک تجویز شده است دارو را مصرف کرده و دوره ی درمان را کامل کنید
- ❖ در صورتی که برای شما آتل گیری انجام شده است آن را تا زمان کشیدن بخیه ها و ترمیم اولیه زخم حفظ کنید
- ❖ در صورتی که در اورژانس از اندام شما عکس برداری شده، آن را تا زمان بهبود کامل نگاه دارید چون در صورت بروز عوارضی مانند عفونت جهت مقایسه به آن نیاز خواهد شد
- ❖ 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، همچنین می توانید از قرص ها یا مکمل های حاوی ویتامین ث روزانه یک نوبت استفاده کنید، ویتامین ث باعث سریعتر شدن روند ترمیم زخم و بهبودی می شود



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی رفسنجان

بیمارستان حضرت علی ابن ابیطالب (ع)

راهنمای مراقبت از زخم



واحد آموزش به بیمار

پاییز ۱۳۹۸

ویرایش دوم