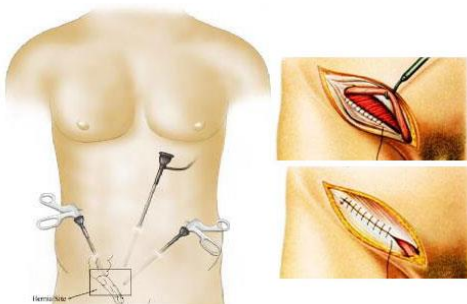


- ✓ پانسمان قبلی را در کیسه پلاستیکی قرار دهید و آن را دفع کنید.
- ✓ دست هایتان را بعد از برداشتن پانسمان قبلی شستشو دهید.

مراقبت از زخم:

- ✓ زخم جراحی در ۷۲ ساعت اول باید با گاز استریل و خشک پوشانیده شود.
- ✓ جراح بعد از ۷۲ ساعت از عمل به شما اجازه می دهد دوش بگیرید ولی از وان و استخر استفاده نکنید.
- ✓ معمولاً از روز اول تا چهارم بعد از عمل جراحی محل زخم قرمز و اطراف آن تورم و قرمزی و درد و گرمی دارد و از آن ترشحات خونی یا خونابه ای و به تدریج بی رنگ خارج می شود که طبیعی می باشد.
- ✓ از سرم شستشو (سرم نمکی) برای تمیز کردن زخم استفاده کنید.
- ✓ تاریخ باز کردن سرم شستشو را یادداشت کرده و در صورت عدم مصرف پس از یک هفته دور انداخته شود.
- ✓ گاز را با سرم شستشو آغشته و به آرامی پوست را تمیز کنید.
- ✓ سعی کنید همه ترشحات و خون خشک شده و مواد دیگر روی پوست را تمیز کنید.
- ✓ از مواد تمیز کننده پوست و بتادین یا صابون دارای مواد ضد میکروبی استفاده نکنید. این مواد به زخم آسیب می رسانند و سرعت ترمیم زخم را کاهش می دهند.



- ✓ شستشوی دست ها قبل و بعد از تعویض پانسمان برای جلوگیری از عفونت زخم ضروری است.

مراحل شستشوی دست ها:

- برای شستشوی دست ها با آب و صابون مراحل زیر انجام دهید:
- ✓ کلیه جواهرات خصوصاً انگشتری و ساعت را از دست های خود خارج کنید.
- ✓ به مدت ۱۵ تا ۳۰ ثانیه با آب و صابون دست هایتان را شستشو دهید و زیر ناخن هایتان را تمیز کنید.
- ✓ کلیه قسمت های دست بین انگشتان و کف و پشت دست را با آب و صابون خوب شستشو دهید.
- ✓ دست ها را با حوله تمیز خشک کنید.

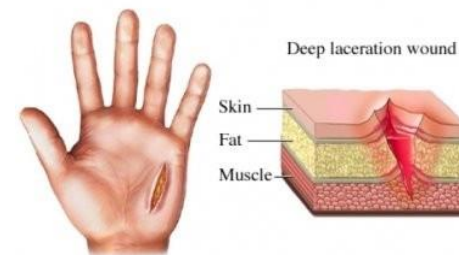
مراحل برداشتن پانسمان قبلی:

- ✓ شستشوی دست ها قبل از تماس با پانسمان
- ✓ باند یا چسب پانسمان را بردارید.
- ✓ دستکش یکبار مصرف تمیز بپوشید.
- ✓ اگر پانسمان به زخم چسبیده است آن را با سرم شستشو (نرمال سالین) خیس کنید مگر آنکه پزشک به شما آموزش داده باشد که خیس نشود.

زخم جراحی: زخم جراحی در واقع برش پوست در طی عمل جراحی می باشد. اکثر موارد کوچک و بعضی اوقات خیلی بزرگ می باشد. اندازه آن بستگی به نوع عمل جراحی دارد.

✓ **ترمیم زخم:** تأخیر و یا تسریع در ترمیم زخم بستگی به عوامل مختلفی دارد عواملی مثل نوع جراحی، دیابت و یا مصرف بعضی از دارو ها باعث تأخیر ترمیم زخم می شوند. یکی از عواملی که باعث تسریع در روند بهبودی زخم می گردد رژیم غذایی می باشد.

✓ **رژیم غذایی:** رژیم غذایی حاوی ویتامین C و پروتئین و روی در بهبودی زخم کمک می کند. سبزی ها و مرکبات دارای ویتامین سی و گوشت دارای پروتئین و روی می باشد. زخم از عمق به سطح ترمیم می شود.



- ✓ زخم جراحی بعد از ۷۲ ساعت اول جراحی در صورت نداشتن ترشح طبق نظر جراح نیاز به پانسمان ندارد.
- ✓ بعضی اوقات زخم جراحی در مسیر برش جراحی باز می شود. پزشک شما آن را دوباره بخیه نمی زند. در این شرایط شما باید چگونگی مراقبت از آن را تا ترمیم کامل یاد بگیرید.



مجتمع تخصصی و فوق تخصصی فارابی

مراقبت از زخم جراحی در منزل

دفتر آموزش سلامت

کد شناسه: F-TEP1-17

تاریخ ابلاغ: ۹۸/۸/۱

تاریخ بازنگری: ۹۹/۸/۱



آدرس وب سایت و کانال تلگرام آموزشی بیمارستان:

www.farabi.mui.ac.ir

@ farabi 1396

تهیه کننده: زهرا ایزدی

سوپروایزر آموزش سلامت

✓ دست هایتان را بعد از اتمام پانسمان شستشو دهید.

✓ **در صورت بروز علائم زیر به جراحان اطلاع دهید:**

- ✓ قرمز شدن زیاد اطراف زخم
- ✓ درد شدید اطراف زخم
- ✓ ورم زیاد اطراف زخم
- ✓ خونریزی زیاد زخم
- ✓ زخم بزرگ یا عمیق تر شده باشد
- ✓ زخم خشک و سیاه شده باشد
- ✓ جاری شدن ترشحات زیاد سبز رنگ از اطراف زخم
- ✓ زخیم و قهوه ای شدن دیواره زخم
- ✓ بد بو شدن زخم
- ✓ تب بالای ۳۸/۳ درجه سانتی گراد برای بیش از ۴ ساعت



انواع بستن محل برش عمل جراحی

خارج کردن بخیه ها:

جهت خارج کردن بخیه ها به مطب پزشک یا درمانگاه مراکز درمانی معتبر مراجعه نمایید.



✓ یک سرنگ ۲۰ سی سی را همانطور که پرستاران به شما آموزش می دهد پر از سرم شستشو (نرمال سالین) استریل کنید و در فاصله ۱۰ تا ۲۰ سانتی متری از زخم روی زخم اسپری کنید.

✓ سپس زخم را با گاز نرم تمیز و خشک کنید.

✓ **بدون اجازه پزشک خود از پماد لوسیون و کرم و**

داروی گیاهی بر روی زخم و پوست اطراف آن

استفاده نکنید.

✓ در صورتی که پانسمان با ترشحات خونی یا خونابه ای مرطوب شده باشد برای جلوگیری از عفونت زخم تعویض پانسمان ضروری است.

✓ طبق نظر پزشک تعویض پانسمان روزانه یک الی دو بار مورد نیاز است.

✓ در صورتی که زخم ترشحات زیاد داشت لازم است دو سه لایه گاز استریل بیشتر روی زخم گذاشته شود.

قرار دادن پانسمان جدید روی زخم:

پانسمان جدید را همانطور که پرستاران به شما آموزش داده اند روی زخم بگذارید.

✓ ممکن است لازم باشد لایه گاز روی زخم مرطوب (با سرم شستشو) شود و روی آن گاز خشک گذاشته شود.

✓ روی لایه مرطوب شگاز تمیز و خشک بگذارید.