

**آموزش به بیمار سوختگی**

**تاریخ تدوین :1/7/1402**

**تاریخ بازنگری:1/7/1403**

**واحد اموزش به بیمار**

**کد: BNI3**



* **آموزش به بیمارسوختگی**

1-ورود به بخش سوختگی اکیدا ممنوع می باشد .

2-با صلاحدید مسئول شیفت هربیمارمی تواند فقط یک همراه داشته باشد وتعویض همراه هر24 ساعت فقط یکبار انجام می شود .

3-همراه بیمارموظف به پوشیدن لباس ،دمپایی ،دستکش ورعایت مقررات بخش می باشد .

4-ملاقات حضوری درداخل بخش ممنوع وفقط از پشت پنجره مجاز می باشد .

* **تغذیه بیمار سوختگی :**
1. ازرژیم غذایی پرپروتئین (گوشت ،ماهی ،کباب ،سوپ قلم ،تخم مرغ )وپرکالری لبنیات (ماست ،شیر ،دوغ )سبزیجات تازه ،میوه های تازه و مایعات فراوان استفاده کنند .
2. مایعات به مقدارکافی بنوشد .
3. خوردن غذاهای حاوی فیبربالا مانند سالادوسبزی برای جلوگیری از یبوست کمک می کند.
4. برای پیشگیری از یبوست ومشکلات گوارشی درطول شبانه روز چندین بار اقدام به راه رفتن نمایید .
5. ازخوردن غذاهای محرک وحساسیت زا (گوجه فرنگی ،بادمجان ، سوسیس،فلفل وغذاهای تند و......)خودداری نمایید .
* **تحرک وفیزیوتراپی:**

1-درطول شبانه روز چندین باردربخش واتاق خود اقدام به راه رفتن نماییدتا با بهبود گردش خون به بهبودزخم سوختگی کمک نمایید.

2-درصورت وجود سوختگی درپاها ،منعی برای راه رفتن وجود ندارد ،تاحد امکان وبا استفاده از وسایل کمکی راه بروید .درهنگام استراحت درتخت پاها بالاتر ازبدن قرار داشته باشد.

3-درصورت وجود سوختگی دردستها ،ورزش انگشتان ومچ دستها که توسط پرسنل آموزش داده می شود انجام داده ودرزمان استراحت دستها بالاتر ازبدن قرار گیرد.

4-درصورت وجود سوختگی درهریک از اندام ها ،فعالیت های توصیه شده توسط پرسنل را انجام دهید .

5-درصورت وجود سوختگی درصورت ،پس از چرب کردن صورت باکرم توصیه شده ،ازحرکات زیر جهت بهبود فعالیت عضلات صورت استفاده کنید :اخم کردن -خندیدن –شکلک در آوردن-سوت زدن –جویدن –آدامس جویدن –بادکردن بادکنک .

* **توجهات مربوط به پوست سوخته ومراقبت اززخم پس از ترخیص:**

1-برای محافظت از پوست سوخته درمقابل آفتاب زدگی ازیک کرم ضد آفتاب با نظر پزشک استفاده کنید .

2-پوست سوخته بهبود یافته رابایک لوسیون ملایم مانند پماد وویتامین آ. د یا روغن زیتون نرم نگه دارید واز خاراندن پوست سوخته خودداری نمایید .

**3-درصورت سوختگی در اندام ها درهنگام قرار گرفتن درآفتاب محل سوختگی را بالباس بپوشانید**

**4-درصورت وجود سوختگی درصورت ،ازکلاه لبه پهن وکرم ضد آفتاب مناسب استفاده کرده وهر2ساعت کرم ضد آفتاب را تجدید نمائید تا آن ناحیه از معرض نور خورشید دور باشد .**

**5**-ازقرارگرفتن درمحل های شلوغ وگرد وغبار خودداری نمائید .

6-ازپوشیدن لباس تنگ وچسبان وپارچه های موادنفتی درنواحی سوخته جدا خودداری نمایید .

8- ازدستکاری زخم وپانسمان پرهیز نمایید .

9**-**تغذیه مناسب ،حرکات نرمشی به خصوص درمقابل بدن استفاده ازنرم کننده درنواحی سوخته وکرم های ضد افتاب در نواحی باز بدن (دستها وگردن –صورت )دربهبودی نواحی سوخته کمگ فراوانی می کند .

9

* **نکات لازم درمورد شستشو وپانسمان بیمار پس از ترخیص در واحد اورژانس :**

1-بیماردر منزل با شامپو بچه شستشو وبا ملحفه یا پارچه تمیز واتو کشیده پوشانده شود .

2-پس از شسستشو از آغشته کردن زخم با هرگونه پماد یا مواد ضدعفونی کننده خودداری شود .

* **ازدستکاری زخم وپانسمان پرهیز نمایید .**

3-درهنگام استحمام از کشیدن کیسه ولیف در نواحی سوخته وترمیم یافته خودداری نمائید .

4-قبل از پانسمان مایعات کافی بنوشید .

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

6-پوست نواحی بدون پانسمان که ترمیم یافته اند غالبا خشک هستند .باید روزی 3تا4بارپماد ویتامین A+D یا روغن زیتون چرب شود .

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

3-درصورت سوختگی در اندام ها درهنگام قرار گرفتن درآفتاب محل سوختگی را بالباس بپوشانید

4-درصورت وجود سوختگی درصورت ،ازکلاه لبه پهن وکرم ضد آفتاب مناسب استفاده کرده وهر دو ساعت کرم ضد آفتاب را تجدید نمائید تا آن ناحیه از معرض نور خورشید دور باشد

.5-ازقرارگرفتن درمحل های شلوغ وگرد وغبار خودداری نمائید .

6-ازپوشیدن لباس تنگ وچسبان وپارچه های موادنفتی درنواحی سوخته جدا خودداری نمایید .

7-ازلباس های گشاد ،نخی ،وسفید به تن کنید .چون رنگ موجود درالبسه رنگی ،پوست التیام یافته راتحریک می کند .8-ازلباس مناسب ودستکش استفاده کنید تاپوست التیام یافته را از خراشها وضربات احتمالی محافظت نمایید .

9-خارش ازشکایات عمده بیماران می باشد .سر اینگونه موارد استفاده از داروی ضد حساسیت خوراکی طبق دستور پزشک توصیه می شود .

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

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