

دبریدمان زخم

شماره پرونده:			نام خانوادگی:		
نام:	بخش:	پزشک معالج:	نام پدر:	تاریخ تولد:	تشخیص (علت بستری):
جنس: ☐ زن ☐ مرد	تاریخ پذیرش:	تاریخ ترخیص:			

بیمار محترم ضمن آرزوی سلامتی برای شما شایسته است که پس از ترخیص از بیمارستان موارد زیر را به دقت مطالعه و اقدام نمایید:

مراقبت در منزل:

- برای تسریع در التیام زخم، رژیم غذایی پرپروتئین مانند گوشت، مرغ و ماهی، حبوبات غلات، لبنیات کم چرب استفاده کنید.
- پرفیبر مانند میوه ها و سبزیجات و مایعات فراوان استفاده کنید.
- مصرف سبزیجات و مرکبات و آب میوه های تازه حاوی ویتامین سی C، می تواند به بهبود سریعتر زخم کمک کند.
- در بستر انگشتان و مچ پاهای سالم را حرکت دهید، تا از لخته شدن خون در پاها پیشگیری کنید.
- سعی کنید هر چه سریعتر از بستر خارج شده و فعالیت نمایید تا از ایجاد لخته جلوگیری شود.
- سیگار نکشد، زیرا نیکوتین با انقباض عروق باعث کاهش جریان خون در محل زخم و آهسته شدن مراحل ترمیم زخم می شود.
- اگر زخم خارش داشت، آرام باشید و آن را نخارانید تا زودتر بهبود پیدا کنید.
- سعی کنید تعویض پانسمان را به افرادی که صلاحیت انجام این کار را دارند بدهید و یا آموزش کامل در مورد چگونگی تعویض پانسمان در منزل را از پرستار خود یاد بگیرید.
- اگر پانسمان زخم کثیف و یا خیس بود، فوراً آن را به روش استریل عوض کنید.
- به سرعت برداشتن چسب یا بانداز موجب برداشتن پوست روی زخم و خونریزی مجدد آن می شود. پس بهتر است چسب یا بانداز را به آرامی بردارید.
- اگر احساس می کنید که باند به زخم چسبیده است، ابتدا آن را با آب گرم خیس کنید تا نرم شود.
- از وارد شدن فشار به محل درمان، جلوگیری کنید.
- برای جلوگیری از کنده شدن موی اطراف زخم، بانداز و یا چسب را در جهت رویش مو به آرامی بردارید.
- دست های خود را قبل و بعد از پانسمان، ضدعفونی کنید.
- هرگز از موادی که حاوی الکل است به طور مستقیم روی زخم ها استفاده نکنید.
- سعی کنید مکانی تمیز را برای تعویض پانسمان زخم خود انتخاب کنید. محیط های آلوده برای این کار مناسب نیستند، زیرا آلودگی بر روی زخم اثر کرده و احتمال بروز عفونت زخم را زیاد می کند.

در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید

- مشاهده ترشح چرکی و بدبو از محل دبریدمان زخم و یا ایجاد تب.
- وجود زخم های مزمن که با روش های معمولی درمان زخم قابل درمان نباشد.
- جهت پیگیری ادامه درمان
- سایر موارد نگران کننده و اورژانسی