

فرم شماره 2- آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت های پس از ترخیص

سوختگی

شماره پرونده:		
نام خانوادگی:	نام:	بخش:
		اتاق:
		تخت:
نام پدر:	تاریخ تولد:	تشخیص (علت بستری):
	جنس: ☐ زن ☐ مرد	تاریخ پذیرش:
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:		
- جهت جلوگیری از ایجاد یبوست، مقدار کافی مایعات و مواد غذایی پرفیبر مانند میوه و سبزیات استفاده کنید. - غذاهای پر پروتئین پر انرژی، میوه، سبزیجات تازه و لبنیات مصرف کنید. - در صورت سوختگی لب، با چرب کردن از ترک خوردگی آن جلوگیری کنید تا بتوانید راحت تر غذا بخورید. - از مصرف غذاهایی که باعث می شود خارش شما بیشتر شود (مانند ادویه جات، ترشیجات و ...) پرهیز کنید. بعد از ترخیص از بیمارستان بایستی روزانه زخم خود را تمیز کنید. بدین صورت که: - ابتدا از حرارت ملایم آب مطمئن شوید. با لیف نرم و صابون بچه (ترجیحا شامپوی بچه) به ملایمت زخم خود را بشوئید. - سعی شود از صابون عطر دار استفاده نشود. - با استفاده از پارچه (حوله استفاده نشود) به طریقه گذاشتن و برداشتن (نکشیدن) زخم را خشک کنید. - با پماد تجویز شده محل سوختگی را چرب کنید. - 2-3 بار در روز زخم را باید چرب کرد. استفاده از پماد چرب کننده 18-6 ماه ضروری است. - در هنگام پماد زدن باید ناخن ها را کوتاه کرده و انگشت را بیرون آورید. - می توان از دستکش یکبار مصرف (یا کیسه فریزر تمیز) و یا با دست های شسته به صورت یک لایه نازک پماد مالیده شود و به آرامی ماساژ داده شود تا جذب پوست گردد. - از روسری، چتر، کلاه با لبه های پهن برای سوختگی صورت، دستکش نخی روشن برای سوختگی دست و جوراب نخی برای سوختگی های پا استفاده شود. - به علت تاثیر نور آفتاب، لامپ های نئون و مهتابی روی پوست سوخته از کرم های ضد آفتاب (3 بار در روز) به مدت 18 ماه استفاده شود. - به منظور کاهش خارش از لباس های نخی یا پنبه ای، جوراب های نخی و یا حوله ای و از کفش های کتانی نرم به مدت (حداقل 2 ماه) استفاده شود. - دوش آب سرد بگیرید. با حوله مرطوب پوست را خنک نگه دارید. پوست را با لوسیون های تجویز شده چرب نگه دارید. - از خاراندن، خراشیدن، سائیدن، ضربه زدن، کشیدن و حرکات خشن خوداری کنید. - از منابع حرارتی توام با گرد و غبار و خاک دوری کنید. (در هوای آلوده نیز قرار نگیرید) - به یاد داشته باشد اگر بانداژ یا لباس ضد اسکار شل باشد اثر خود را از دست می دهد و اگر بانداژ سفت باشد باعث ناراحتی، کرحتی، سوزش و تورم خواهد شد. به هیچ عنوان تاول را چه با سوزن و چه با دست نترکانید. - برای کنترل درد، محل سوخته را در سطحی بالاتر از سطح قلب قرار دهید تا ورم و درد آن کم شود. علاوه بر آن می توانید از داروهای مسکنی مانند استامینوفن و ایبوپروفن استفاده کنید. - داروها را در فواصل منظم و طبق دستور پزشک مصرف کنید و از قطع دارو بدون اجازه پزشک خودداری کنید. در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید - ترشح چرکی از محل سوختگی - تب و درد شدید - ورم و ایجاد گوشت اضافی - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی		