

مراقبت از زخم های ناشی از جراحی

کار جراح تقریباً تمام شده است مراقبت از زخم های ناشی از جراحی الان به عهده ی شماست. بوسیله ی مراقبت خوب از زخم ها ، میتوانید مطمئن شوید که زخم ها به خوبی بهبود یابد و عفونت آن گسترش پیدا نمی کند . در بیشتر موارد، یک جراحی بین یک تا دو هفته زمان می برد تا بهبود یابد. در صورت وجود شرایط پزشکی یا مصرف داروهای ویژه مثل استروئید ها ممکن است این زمان طولانی تر شود. در زمانی که زخم بهبود می یابد ، شما باید مراقب زخم خود باشید ، پانسمان آن را عوض کنید، زخم خود را تمیز کنید و مراقب نشانه های بروز مسائل حاد باشید.

این راهنما میتواند به شما در مراقبت از یک زخم ناشی از عمل جراحی کمک کند .در صورت داشتن هرگونه سوالی ، مطمئن باشید که با پزشک معالج خود یا یکی از اعضای کادر پزشکی در مورد آن صحبت میکنید.

چگونه از زخم های خود مراقبت کنیم؟

جراحان از تکنیک های مختلفی برای بستن یک زخم استفاده میکنند. آن ها ممکن است در بستن زخم شما از کلیپس ، بخیه و یا چسب جراحی استفاده کنند .اگر برای بستن زخم شما از کلیپس استفاده شده است ، پزشک شما با بهبود زخم ، اقدام به برداشتن آن ها میکند. چسب جراحی معمولاً بعد از ۵-۱۰ روز از مکان زخم بیرون می آید.اگر بخیه داشته باشید ، آن ها نیز در طول زمان جذب می شوند یا خود پزشک اقدام به جدا کردن آن ها می کند.

اگر بخیه ها قابل جذب هستند ، نوار گچی زخم کلیپس های کوچکی دارد که به وسیله آن زخم را بسته نگه میدارد. پزشک میتواند آن ها را دیرتر جدا کند و یا ممکن است بعد یک تا دو هفته خود به خود جدا شوند.



انواع بستن محل برش عمل جراحی

مراقبت کردن از زخم

برای چند روز زخم را در شرایط رو به بالا بیاورید . این کار باعث می شود از میزان ورم و درد آن کم شود و زخم شما سریعتر بهبود یابد. بخیه ، کلیپس ، گچ و چسب جراحی خود را نکشید . (با بخیه ، کلیپس، گچ و چسب جراحی خود بازی نکنید) از خاراندن زخم خودداری کنید. از پزشک خود در مورد دارویی که ضد خارش زخم هستند بپرسید.

اگر پوست شما دچار حالت چسبنده ای شده ، در معرض نور مستقیم خورشید قرار نگیرید.

اگر مکان زخم شما خونریزی کرد ، روی زخم خود را محکم به مدت پنج دقیقه نگه دارید . برای این کار از یک دستمال و یا حوله ی تمیز استفاده کنید. اگر خونریزی بیشتر شد و بند نیامد ، به پزشک معالج خود تماس بگیرید یا به اورژانس بیمارستان مراجعه کنید.

عوض کردن پانسمان

بعد از عمل جراحی معمولاً از یک بانداژ استریل استفاده میکنند تا روی زخم را بپوشانند ، آن را از باکتری ها و جذب مایعات حفظ کنند و آن را خشک نگه دارند. در بعضی مواقع ، پزشک شما را مجبور میکند تا پانسمان خود را باز کنید ، تا زخم شما هوا بخورد. از حمام رفتن ، حداقل برای ۲ تا ۳ روز بعد از جراحی پرهیز کنید، شنا نکنید. تا زمانی که پزشک معالج شما حمام رفتن را جایز دانست ، دوش بگیرید یا داخل یک وان آب گرم بخوابید.

پانسمان زخم خود را روزانه و یا به مقداری که پزشک شما برای تان لازم دیده است عوض کنید. از پزشک خود بپرسید که چه زمانی میتوانید محدوده ی زخم را تمیز کنید؟

استفاده از صابون های عطری ، ژل های حمام ، الکل ، ید یا آب اکسیژنه برای تمیز کردن محدوده ی زخم خود خودداری کنید. این مراحل را برای تمیز کردن و پانسمان کردن زخم خود طی کنید

این مراحل را برای تمیز کردن و پانسمان کردن زخم خود طی کنید:

۱. پانسمان خود را بردارید

- جواهرات خود را قبل از عوض کردن پانسمان و تمیز کردن زخم در بیاورید
- دست های خود را به مدت ۱۵-۳۰ ثانیه با آب و صابون بشویید
- دست های خود را به خوبی بشویید و آن ها را با حوله ی تمیز خشک کنید
- چسب پانسمان خود را شل کنید
- از یک دستکش جراحی برای جدا کردن پانسمان خود استفاده کنید . پس از جدا کردن پانسمان ، دستکش و پانسمان را داخل یک کیسه ی پلاستیکی ببندید
- دوباره دست های خود را بشویید .

۲. زخم را تمیز کنید

گاز استریل یا پانسمان را در یک ترکیب نمکی یا آب صابونی بخیسانید

- با گاز مرطوب ، به آرامی زخم خود را تمیز و ضد عفونی کنید و خون خشک شده و ترشح اطراف زخم را با آن تمیز کنید.
- دست های خود را به خوبی بشویید و زخم خشک شده را با یک حوله ی تمیز به آرامی تمیز کنید.

۳. پانسمان جدید را روی زخم بگذارید

- اگر پزشک برای شما یک پماد آنتی بیوتیک را تجویز کرده است ، از آن را دقیقاً به شکلی که توضیح داده شده به کار ببرید. این کار میتواند باعث جلوگیری از عفونت زخم شود .
- پانسمان جدید را روی زخم قرار دهید
- دست های خود را دوباره بشویید
- پانسمان قدیمی را دوباره بسته بندی کنید و در سطل زباله بیندازید



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و درمانی ارومیه

بیمارستان شهید سلیمانی پیرانشهر



مراقبت از زخم و پانسمان زخم بعد از جراحی

تدوین کننده:

طاهر غواره آذر (کارشناس پرستاری)



آخرین بازنگری: اسفند ۱۴۰۲

این موارد میتواند خطر ابتلا به عفونت و مسائل حاد دیگر را در شما بالا ببرد

- دیابت
- سیگار کشیدن
- بی تحرکی
- مشکلات دستگاه ایمنی بدن
- سوء تغذیه
- جراحی های طولانی و شرایط اورژانسی خاص



منبع: راهنمای بالینی پرستاری

• به صورت جداگانه هر گونه لکه ی خشک شده اطراف زخم را بشویید. اگر لازم به استفاده از بتادین بود از پزشک خود بپرسید.
مراقب بروز نشانه های عفونت و دیگر مسائل حاد باشید؛

به زخم خود زیاد نگاه کنید تا ببینید که چگونه بسته میشود. این کار را هر بار که پانسمان خود را عوض میکنید یا هر مقدار باری که پزشک تان پیشنها کرده است انجام دهید. حتی با وجود بهترین مراقبت ها از زخم ، ممکن است مسائل حاد پیش بیاید. بعضی مواقع ممکن است زخم به درستی بسته نشود. برای مثال گوشه های زخم ممکن است جدا شوند یا اگر بین پانسمان و پوست بدن اصطحکاک ایجاد شود ممکن است تاول بزنید. همچنین ممکن است عفونت گسترش پیدا کند. پس در صورت بروز هر کدام از این مسائل سریعا، برای معاینه به پزشک خود مراجعه کنید یا با او تماس بگیرید.

نشانه های عفونت زخم

- بروز درد ناگهانی و فزاینده که با دارو بهتر نمی شود.
- افزایش میزان قرمزی ، گرما و ورم پوست
- ترشح چرک ، خون و مایعات دیگر از محل زخم
- بروز جوش ها و تاول های سفید اطراف زخم
- درجه ی تب بالای ۳۷ درجه سانتی گراد
- تب و لرز



پانسمان زخم را همیشه تمیز و خشک نگهدارید