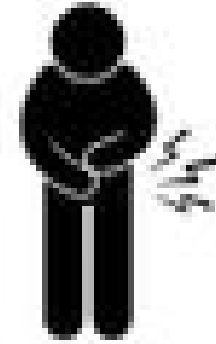


آسیب شکم و انواع آن



آسیب به شکم در تصادفات، نزاع و درگیری، انفجار، سقوط از ارتفاع، برخورد اشیا نوک تیز مانند چاقو یا شیشه و حوادث محل کار اتفاق می افتد که گاهی با آسیب همراه با زخم باز یا ضربه بدون ایجاد زخم باز و پارگی می باشد. با توجه به نشانه ها، بررسی ها و معاینات انجام شده در اورژانس، گاهی زخم محدود به پوست و لایه های سطحی بوده و نیاز به تصویربرداری، سونوگرافی یا سی تی اسکن نمی باشد. زخم نیاز به بخیه نداشته و پس از شستشو و اقدامات اولیه خود به خود بهبود می یابد و با توجه به سابقه واکسیناسیون مناسب با وجود آلودگی زخم، نیاز به تزریق واکسن نمی باشد.

در آسیب های شکم همراه با زخم باز تا زمان بهبودی به نکات و توصیه های زیر عمل نمایید:

۱- بخیه ها را پس از ۲۴ ساعت می توانید به آرامی با آب گرم و صابون بشوید، اما به هیچ عنوان به مدت طولانی در آب غوطه ور نکنید (وان حمام، استخر و ...) زیرا تماس زیاد با آب موجب کاهش سرعت بهبود زخم و افزایش احتمال عفونت می گردد.

۲ - بخیه ها بلافاصله با ملایمت خشک شود. از پارچه نخی سبک و تمیز یا گاز استریل استفاده نموده و از پنبه یا دستمال کاغذی به هیچ وجه استفاده نکنید و پارچه را بصورت آرام یا با گاز استریل بروی زخم بکشید.

۳- پس از شستشو زخم را با لایه نازک پماد آنتی بیوتیک (در صورت تجویز پس از ترخیص) بپوشانید و از الکل، بتادین، آب اکسیژنه، محلول های ضد عفونی کننده، روغن های معطر یا پمادهای کورتونی روی زخم استفاده نکنید. این مواد باعث حساسیت و عفونت و تأخیر در ترمیم زخم خواهد شد.



۴- خارش خفیف زخم در روزهای ابتدایی طبیعی است، در این موارد از خاراندن زخم خودداری نمایید و فقط پوست را ماساژ بدهید. ترشح خفیف به صورت مایع زرد کم رنگ، رقیق و آبکی نیز در روزهای اول از زخم طبیعی است.

۵- در صورت احساس درد و سوزش خفیف در محل زخم در روزهای اول، از استامینوفن استفاده نموده و از ترکیبات حاوی آسپرین و بروفن به دلیل بروز خونریزی خودداری نمایید.

۶- در صورتی که هنگام ترخیص برای شما آنتی بیوتیک تجویز شده است دارو را در زمان معین مصرف نموده و دوره درمان را کامل کنید.



یا من اسم دواء و ذکره شفاء

راهنمای بیمار

خود مراقبتی بیماران مبتلا به آسیب باز شکم

کد محتوا: ۶۶۷

<http://www.Alzahra.mui.ac.ir>

تلفن پیام گیر: ۰۳۱-۳۶۲۰۲۰۰۸

ایمیل: a.Salamat@azh.mui.ac.ir

۱۱- در صورت امکان از توالت فرنگی استفاده کنید.

رژیم غذایی

۱۲- تا زمان ترمیم زخم از میوه ها، سبزیجات و آبمیوه های سرشار از ویتامین ث مانند مرکبات مانند لیمو ترش، پرتقال، گوجه فرنگی و توت فرنگی بیشتر استفاده کنید و برنامه غذایی را به شکلی تنظیم نمایید تا دچار یبوست نشوید زیرا باعث فشار بر روی بخیه ها و تأخیر در ترمیم می شود.



۱۳- در صورتی که در اورژانس برای شما تصویربرداری یا سی تی اسکن انجام شده است مدارک مربوطه را تا زمان بهبود کامل نزد خود نگاه دارید.

تهیه کننده: لیلا امین "کارشناس ارشد پرستاری"
تأیید کننده: جناب آقای دکتر فرهاد حیدری "متخصص طب اورژانس"
"برگرفته از کتابچه های دستورالعمل یکپارچه ترخیص از اورژانس" و کتاب آموزش به بیمار ماری ام. کانابو
طراحی و تنظیم: مریم اقتداری "کارشناس ارشد پرستاری"
بروز رسانی دفتر آموزش سلامت الزهرا(س)
اسفند ۱۴۰۰

۷- روزانه زخم خود را از نظر تورم و قرمزی اطراف محل زخم، وضعیت ترشحات، خونریزی و خطوط قرمز رنگ برجسته اطراف زخم بررسی کنید.

فعالیت

۸- هنگام استراحت، به پهلو یا پشت بخوابید و از خوابیدن روی شکم خودداری کنید.
۹- از بلند کردن اجسام سنگین یا انجام فعالیت های شدید در طول ۲ هفته آینده خودداری کنید زیرا باعث آسیب به بخیه ها و باز شدن آنها می گردد.
۱۰- هر ۲۰-۳۰ دقیقه وضعیت خود را تغییر دهید و از باقی ماندن در یک وضعیت طولانی به ویژه در حالت نشسته خودداری کنید.

