

**مددجوی محترم** با توجه به این که زخم فقط باعث آسیب پوستی شده است و اندام های داخلی، عروق و اعصاب اصلی، تاندونها و عضلات شما در معاینات سالم بوده اند و نیز زخم شما کاملا بررسی و پاکسازی شده است، نیاز به جراحی یا بستری در بیمارستان نداشته و می توانید به منزل بازگردید.

### پس از ترخیص چه نکاتی را باید رعایت کنم؟

۱- بخیه کردن برای زخم هائی بکار می رود که وسیع بوده یا لبه های آن از هم دور باشند یا کناره های زخم نامنظم و ناهموار یا دچار له شدگی و تخریب پوست باشند و یا زخم آن قدر عمیق بوده که کل ضخامت پوست را در بر گرفته باشد یا احتمال آلودگی و عفونت آن کم باشد، که تشخیص آن تنها با پزشک خواهد بود و در غیر این صورت این زخم نیاز به بخیه نخواهد داشت. پس نگران نباشید.

۲- زخم هائی که احتمال بروز عفونت در آنها وجود دارد اغلب در ابتدا بخیه نشده و بعضی از آنها چند روز بعد که احتمال بروز عفونت کاهش یابد بخیه زده می شوند.



ADAM



۳- در صورت داشتن بخیه، بخیه ها را تا ۲۴ ساعت کاملا خشک نگه دارید، بخیه های غیر قابل جذب را پس از ۲۴ ساعت می توانید به آرامی با آب گرم و صابون بشوئید. اما به هیچ عنوان آنها را به مدت طولانی در آب غوطه ور نکنید مثلا در وان حمام و استخر، چون تماس زیاد با آب باعث کاهش سرعت بهبود زخم و افزایش احتمال عفونت می شود.

۴- بخیه ها را بلافاصله با ملایمت خشک کنید. برای این کار از یک پارچه نخی سبک و کاملا تمیز یا گاز استریل استفاده کنید و به هیچ عنوان از پنبه یا دستمال کاغذی استفاده نکنید. دقت کنید که برای خشک کردن نباید پارچه را روی زخم به سختی بکشید و فقط از حرکات ضربه ای ملایم استفاده کنید. در صورت تجویز پزشک بعد از هر بار شستشو، زخم را با لایه نازکی از پماد آنتی بیوتیک بپوشانید.



ADAM

۵- زخم های پوستی اغلب با نخ های غیر قابل جذب بخیه می شوند، زمان دقیق کشیدن بخیه ها را پزشک هنگام ترخیص به شما خواهد گفت. بخیه های صورت معمولا ۴-۶ روز و بخیه های پوست سر و اندام ها ۱۴-۱۰ روز بعد کشیده می شوند.



۶- در صورت داشتن پانسمان حتما تا زمانی که پزشک توصیه کرده پانسمان را باز نکنید. در صورتی که زخم شما پانسمان نشده، زخم را روزانه طبق دستور با سرم نمکی مخصوص شستشو بشوئید.

۷- به هیچ وجه از الکل، بتادین، آب اکسیژنه، محلول های ضد عفونی کننده، کرم های آرایشی یا نرم کننده، روغن های معطر یا پمادهای کورتونی بر روی زخم استفاده نکنید. این مواد باعث تحریک پوست، بروز حساسیت و عفونت و تاخیر در ترمیم زخم می شوند.

۸- در روزهای اول ممکن است احساس درد و سوزش خفیف در محل زخم داشته باشید که برای رفع آن می توانید از استامینوفن استفاده کنید نه آسپیرین.

۹- از مصرف ترکیبات مختلف تزریقی یا خوراکی کورتون دار (مثل هیدروکورتیزون، بتامتازون، دگزامتازون، پردنیزولون) به طور خودسرانه و بدون دستور پزشک کاملا خودداری کنید.

۱۰- برای کاهش تورم می توانید اندام خود را (هنگام خوابیدن یا نشستن) بالاتر از سطح بدن قرار دهید (یک یا دو عدد بالش را در زیر اندام خود به شکلی قرار دهید که دست یا پای شما بر روی آن تکیه کرده و در ارتفاع بالاتر از قلب قرار گیرد)، این کار به خصوص در ۲۴ ساعت اول موثر است.





## گاز گرفتگی توسط حیوانات

(راهنمای پس از ترخیص)



بیمارستان گلديس شاهين شهر- واحد آموزش به بیمار

تهیه و تنظیم: سیما بشاورد- کارشناس ارشد پرستاری

پائیز ۱۳۹۲- کد پمفلت: AW 1 - 20

۱۷- در صورت گرفتن عکس در اورژانس تا زمان بهبودی کامل آن را نزد خود نگه دارید.

۱۸- وجود این زخم محدودیت غذایی برای شما ایجاد نمی کند اما توصیه می شود تا زمان ترومیم زخم از میوه ها و سبزیجات، آبمیوه های تازه سرشار از ویتامین سی مثل مرکبات، لیموترش، گوجه فرنگی، توت فرنگی، آب لیمو و آب پرتقال بیشتر استفاده کنید.

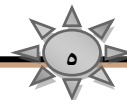
۱۹- جهت پیشگیری از بروز هاری واکسنی وجود دارد که لازم است حتما در ۳-۵ نوبت پس از گازگرفتگی توسط حیوان مشکوک تزریق شود.

۲۰- در صورت امکان روزانه دو نوبت با تب گیر دمای بدن خود را اندازه بگیرید.

**روزانه زخم خود را از نظر تورم و قرمزی اطراف محل زخم، وضعیت ترشحات، خونریزی، خطوط قرمز رنگ و برجسته اطراف زخم، تورم و سختی حرکات مفاصل اندام بررسی کنید.**

منبع: دستورالعمل یکپارچه ترخیص از اورژانس- دیتا(وزارت بهداشت)

سایت بیمارستان: [www.goldis.mui.ac.ir](http://www.goldis.mui.ac.ir)



۱۱- از انجام فعالیتهای جسمی یا ورزش های سنگین که باعث فشار یا ضربه به محل زخم می شود در طول ۱-۲ هفته آینده خودداری کنید. اگر به این محل ضربه ای وارد شود ممکن است باعث آسیب بخیه ها یا باز شدن دوباره زخم گردد.

۱۲- خارش خفیف در روزهای ابتدائی طبیعی است ، در این موارد از خاراندن زخم خودداری کنیدو فقط پوست خود را ماساژ دهید.

۱۳- ترشح خفیف به صورت مایع زرد کم رنگ، رقیق و آبکی در روزهای اول از زخم طبیعی است.

۱۴- پس از باز کردن زخم و کشیدن بخیه ها تا زمان ترمیم کامل پوست زخم، باید آن را از نور خورشید محافظت کنید، می توانید از ضد آفتاب یا کلاه و لباس پوشیده استفاده کنید.

۱۵- در برخی موارد جهت بی حرکتی محل نیاز به استفاده از آتل است در صورت داشتن آتل تا زمان کشیدن بخیه و ترمیم اولیه زخم آتل را حفظ کرده و از باز کردن مداوم آن خودداری کنید.

۱۶- آتل خود را تمیز نگه دارید و از ورود هر گونه مواد زائد و آلودگی به داخل آن خودداری کنیدو هنگام غذا خوردن روی آن را بپوشانید.

