

کد: INS-PE-011	دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز	
صفحه: ۱ از ۴	مرکز آموزشی درمانی سوانح و سوختگی امیرالمومنین (ع)	
شماره ویرایش: R/01	عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی در سوختگی سر و صورت	
تاریخ ابلاغ: ۱۴۰۳/۱۰/۰۹	محور: مراقبت و درمان	
تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۴/۱۰/۰۹	زیرمحور: مراقبت های عمومی و بالینی	

هدف: ارتقاء و بهبود وضعیت بالینی بیماران از طریق آموزش به بیماران و خانواده های آنان در خصوص رفتارهای بهداشتی و خود مراقبتی در زمان بستری و پس از ترخیص

دامنه: بخش های درمانی

تعاریف:

- **خود مراقبتی:** مجموعه ای از اعمالی است که فرد به صورت اکتسابی، آگاهانه و هدفدار برای خود، فرزندان و خانواده اش انجام میدهد تا از لحاظ جسمی، روانی، اجتماعی سالم بمانند و همچنین در صورت ابتلا به بیماری و بستری در بیمارستان براساس آموزشهای دریافتی در حین بستری و پس از ترخیص از سلامت خود و خانواده اش حفاظت نماید.
- **سوختگی:** نوعی آسیب به پوست یا بافت است که می تواند بر اثر گرما، الکتریکی، موارد شیمیایی، اصطکاک یا پرتو یا مایعات به وجود آید که با توجه به شدت آن می تواند به صورت سطحی، لایه های زیرین پوستی یا حتی به عضلات و استخوان ها هم آسیب برساند. و سوختگی سر و صورت یکی از شایع ترین زخم هاست و شامل سوختگی در نواحی پوست صورت، چشم ها، پلک ها، گوش ها، لب ها و چانه و بینی و سر و گردن می باشد.

مسئولیت ها و اختیارات: پرستار و پزشک

شیوه انجام کار :

✓ آموزش خود مراقبتی حین بستری:

۱. پزشک:

- در خصوص درصد سوختگی و درجه سوختگی آسیب ناشی از تروما، مدت زمان بهبودی زخم، عفونت محل زخم و زمان احتمالی ترخیص به بیمار و همراه بیمار توضیح دهد.
- روند درمان بیمار را به صورت قابل فهم به بیمار و همراه توضیح دهد.
- اهمیت انجام پروسیجرهای جراحی مورد نیاز (پیوند پوست، دبریدمان، فلپ دست و پا، اشارتومی) و مراقبت های پس از آن را به بیمار و همراه آموزش دهد.
- مدت زمان تقریبی نیاز به بستری و زمان تقریبی ترخیص بیمار را با در نظر گرفتن شرایط سوختگی به بیمار و همراه اعلام نماید.
- بیمار و همراه وی را در خصوص داروهای مصرفی و عوارض آن آگاه سازد.
- در خصوص ادامه یا قطع داروهای مصرفی قبلی بیمار طبق فرایند تلفیق دارویی آموزش های لازم را ارائه دهد.
- علت NPO بودن بیمار تا ۲۴ ساعت بعد از سوختگی و پرهیز از دادن غذا یا مایعات را به بیمار و همراه آموزش دهد.
- در خصوص رعایت پوزیشن های زمان بستری (حالت نیمه نشسته) جهت بهبود وضعیت تنفسی به بیمار و همراه جهت کاهش عوارض سوختگی آموزش دهد.
- در خصوص اهمیت مصرف غذاهای پر پروتئین و پرکالری به منظور بهبود زخم سوختگی بیمار و همراه وی را آگاه سازد.
- در خصوص نحوه درخواست و مصرف داروهای مسکن به بیمار و همراه آموزش دهد.



کد: INS-PE-011	دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز
صفحه : ۲ از ۴	مرکز آموزشی درمانی سوانح و سوختگی امیرالمومنین (ع)
شماره ویرایش: R/01	عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی در سوختگی سر و صورت محور: مراقبت و درمان زیرمحور: مراقبت های عمومی و بالینی
تاریخ ابلاغ: ۱۴۰۳/۱۰/۰۹	
تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۴/۱۰/۰۹	

ز. در خصوص علت بیهوشی بیمار قبل از تعویض پانسمان به بیمار و همراه توضیح دهد.

س. در خصوص اهمیت اطلاع رسانی به پرستار در صورت داشتن تنگی نفس و احساس خفگی آموزش های لازم را ارائه دهد.

ش. اهمیت استفاده از قطره ها و پمادهای چشمی جهت جلوگیری از آسیب های ناشی از سوختگی را به بیمار و همراه وی توضیح دهد.

ص. اهمیت رعایت اصول بهداشت فردی (مسواک زدن جهت پرهیز از آفت دهان، کوتاه نمودن موها در سوختگی سر و صورت، کوتاهی ناخن ها) را به بیمار و همراه آموزش دهد.

۲. پرستار:

- در خصوص علت عدم تعویض پانسمان پس از گرفت تا ۵روز به بیمار و همراه وی آموزش دهد .
- ب. در خصوص اهمیت تغییر پوزیشن های زمان بستری، خروج از تخت در صورت امکان جهت راه رفتن به منظور پیشگیری از بروز زخم فشاری به بیمار و همراه آموزش دهد.
- ت. بیمار و همراه را با علائم هشدار بروز زخم فشاری آشنا سازد.
- ث. در خصوص اهمیت عدم استفاده از بالش در بیماران با عمل پیوند پوست در ناحیه ی گردن جهت جلوگیری از چسبندگی آموزش های لازم به بیمار ارائه شود.
- ج. در خصوص اهمیت تحمل ماسک و کانولا و پرهیز از جدا نمودن آن آموزش های لازم را ارائه دهد.
- ح. در خصوص اهمیت استفاده از پمادهای تجویز شده توسط پزشک (چرب نمودن اطراف لب ها ، چشم ها ، پلک ها و) در ساعت مقرر آموزش های لازم را ارائه دهد.
- خ. در خصوص اهمیت بالابودن نرده های تخت و استفاده از زنگ احضار پرستار (خصوصا در بیماران با ورم پلک ها) جهت جلوگیری از سقوط توضیحات قابل درک را به همراه ارائه دهد.
- د. مراقبت های پس از انجام پروسیجرهای جراحی را به بیمار و همراه وی آموزش دهد.
- ذ. بیمار و همراه وی را در خصوص داروهای مصرفی و عوارض آن آگاه سازد.
- ر. در بیماران با سوختگی صورت اهمیت استفاده از بیوپترون و نحوه استفاده (بسته بودن چشم ها) به بیمار و همراه آموزش داده شود.
- ز. در خصوص ادامه یا قطع داروهای مصرفی قبلی بیمار طبق فرایند تلفیق دارویی آموزش های لازم را ارائه دهد.
- س. در خصوص اهمیت مصرف غذاهای پر پروتئین و پرکالری به منظور بهبود زخم سوختگی بیمار و همراه وی را آگاه سازد.
- ش. در خصوص نحوه درخواست و مصرف داروهای مسکن به بیمار و همراه آموزش دهد.
- ص. علت NPO بودن بیمار تا ۲۴ ساعت بعد از سوختگی و قبل از اعمال جراحی و پرهیز از دادن غذا یا مایعات را به بیمار و همراه آموزش دهد.
- ض. اهمیت رعایت اصول بهداشت فردی (مسواک زدن جهت پرهیز از آفت دهان، کوتاه نمودن موها در سوختگی سر و صورت، کوتاهی ناخن ها) را به بیمار و همراه آموزش دهد.
- ط. علت شیو موها قبل از جراحی را به بیمار و همراه توضیح دهد.
- ظ. اهمیت اطلاع رسانی الگوی دفع ادرار و مدفوع را به بیمار و همراه آموزش دهد.
- ع. در خصوص اهمیت اطلاع رسانی به پرستار در صورت داشتن تنگی نفس و احساس خفگی آموزش های لازم را ارائه دهد.
- غ. در بیماران با آسیب لب ها نحوه و اهمیت استفاده از آتل دهانی را آموزش دهد.
- ف. به بیمار در صورت نداشتن بیماری دیابت اهمیت جویدن آدامس و پاستیل جهت افزایش خورسانی بافت ها و بهبود سریعتر زخم های صورت آموزش های لازم را ارائه دهید.
- ق. در بیماران با سوختگی صورت اهمیت و تاثیر انجام ورزش های صورت و توصیه های کارشناسان فیزیوتراپی را آموزش دهد.
- ک. در خصوص اهمیت همکاری با متخصص روانپزشکی و کارشناسان روانشناسی به منظور کاهش آسیب های روحی توضیحات لازم را ارائه دهد.
- ل. در خصوص لزوم همکاری با واحد فیزیوتراپی و توانبخشی جهت کاهش عوارض ناشی از سوختگی توضیحات لازم را ارائه دهد.

کد: INS-PE-011	دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز	
صفحه: ۳ از ۴	مرکز آموزشی درمانی سوانح و سوختگی امیرالمومنین (ع)	
شماره ویرایش: R/01	عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی در سوختگی سر و صورت	
تاریخ ابلاغ: ۱۴۰۳/۱۰/۰۹	محور: مراقبت و درمان	
تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۴/۱۰/۰۹	زیرمحور: مراقبت های عمومی و بالینی	

م. آموزشهای لازم در رابطه با اجتناب از دستکاری زخم ها و جدا کردن لبه های زخم به بیمار و همراه وی ارائه شود.

✓ آموزش خود مراقبتی حین ترخیص:

۱. پزشک:

- ا. علائم هشدار بعد از ترمیم سوختگی (ترشحات زخم ، تاول، اسکار، چسبندگی در ناحیه گردن و صورت) به بیمار و همراه آموزش دهد.
- ب. توضیحات لازم در خصوص داروهای تجویز شده و عوارض داروها را به بیمار و همراه ارائه دهد.
- ت. اهمیت مراجعه به اورژانس بیمارستان جهت تعویض پانسمان روزانه را به بیمار و همراه وی آموزش دهد.
- ث. در خصوص پرهیز از درمان های غیر استاندارد و غیر دارویی (محلی و بومی) و عوارض ناشی از استفاده آن توضیحات لازم را ارائه دهد.
- ج. در خصوص اهمیت پیگیری مراجعه به پزشک معالج و ادامه روند درمان و در صورت نیاز مراجعه به متخصص توانبخشی و روانپزشک توضیحات لازم را ارائه دهد.
- ح. در خصوص لزوم مراجعه به روانپزشک جهت بهبود کیفیت زندگی و جلوگیری از آسیب های روحی توضیحات لازم را ارائه دهد.
- خ. در رابطه با اهمیت تعامل والدین و مدرسه به منظور کاهش آسیب های روحی پس از حضور در جامعه توضیحات لازم را ارائه دهد.
- د. در خصوص اهمیت مصرف مایعات جهت تعادل مایعات بدن و کاهش خشکی و خارش پوست آموزش های لازم ارائه شود .
- ذ. در رابطه با اهمیت استفاده از کرم های ضد آفتاب توصیه شده توسط پزشک معالج در بیماران با سوختگی صورت آموزش های لازم ارائه شود.
- ر. در خصوص اهمیت استفاده از لباس سوختگی jobst (بنا به صلاحدید پزشک معالج) جهت جلوگیری از ایجاد بافت اضافی (اسکار) توضیحات لازم را ارائه دهد.
- ز. در خصوص بلامانع بودن استحمام (با آب ولرم) بعد از ترخیص و شست و شوی آرام محل سوختگی و گرفتار به بیمار و خانواده ی وی آموزش های لازم ارائه شود.

پرستار:

- ا. اهمیت مراجعه روزانه به اورژانس بیمارستان جهت تعویض پانسمان را به بیمار و همراه وی آموزش دهد.
- ب. زمان و نحوه اخذ نوبت جهت ویزیت پزشک درمانگاه را به بیمار آموزش دهد.
- ت. اهمیت انجام فعالیت های حرکتی (راه رفتن ، حرکات صورت) و انجام ورزش های توصیه شده توسط فیزیوتراپی و مراقبت از زخم و نواحی پیوند پوست در منزل را به بیمار و همراه آموزش دهد.
- ث. در خصوص اهمیت مصرف غذاهای پر پروتئین و پرکالری به منظور بهتر شدن روند بهبود زخم به بیمار و همراه آموزش دهد.
- ج. آموزش های لازم در خصوص داروهای تجویز شده و عوارض داروها و تناوب مصرف دارو ها را به بیمار و همراه وی ارائه دهد.
- ح. در خصوص علائم هشدار سوختگی (عفونت ، خونریزی ، تب و ترشحات بدبو ، ...) و لزوم مراجعه در صورت مشاهده این علائم به درمانگاه جهت ویزیت پزشک توضیحات لازم ارائه دهد.
- خ. در خصوص اهمیت پیگیری مراجعه به پزشک معالج و ادامه روند درمان و در صورت نیاز مراجعه به متخصص توانبخشی و روانپزشک و فیزیوتراپی توضیحات لازم را ارائه دهد.

کد: INS-PE-011	دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز	
صفحه : ۴ از ۴	مرکز آموزشی درمانی سوانح و سوختگی امیرالمومنین (ع)	
شماره ویرایش: R/01	عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی در سوختگی سر و صورت محور: مراقبت و درمان زیرمحور: مراقبت های عمومی و بالینی	
تاریخ ابلاغ: ۱۴۰۳/۱۰/۰۹		
تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۴/۱۰/۰۹		

د. در خصوص اهمیت استفاده از کرم های ضد لک ، ضد آفتاب و ترمیم کننده پوست (تجویز شده توسط پزشک معالج) را به بیمار و همراه وی توضیح دهد.

ذ. در خصوص اهمیت استفاده از نقاب و اجتناب از قرار گرفتن در معرض نور مستقیم خورشید و استفاده از دستکش و کلاه و عینک به بیمار و همراه وی آموزش داده شود .

ر. در خصوص لزوم کوتاهی ناخن ها در زمان مراقبت از زخم و اجتناب از خارش محل سوختگی و پیوند توضیحات کامل را ارائه دهید.

ز. در رابطه با اجتناب از مصرف غذاهای تند (فلفل) و حاوی ادویه جهت کاهش حساسیت و خارش پوست توضیحات لازم را ارائه دهید.

س. در خصوص استفاده از چرب کننده های پوست در محل جراحت که بهبود یافته بر اساس علاقه و رضایتمندی بیمار بعد از مصرف ، از روغن نارگیل ، روغن کنجد ، ژل آلوئه ورا میتواند استفاده نمایند ، آموزش های لازم را ارائه دهید.

امکانات و تسهیلات مورد نیاز: پمفلت های آموزشی – فرم تکمیل شده ترخیص ایمن- شماره گوشی سوپروایزر آموزش سلامت جهت پاسخگویی به سوالات

منابع و مراجع : تجربیات بیمارستان

نام و نام خانوادگی	سمت	
محسن بیات	سوپروایزر آموزش سلامت	تهیه کنندگان
دکتر عبدالخالق کشاورزی	فلوشیپ سوختگی	
علیرضا فرمانی	سوپروایزر آموزشی	تایید کننده
دکتر سید محمد مهدی اصلانی	رییس بیمارستان	تصویب و ابلاغ کننده