

### \* شرح بیماری

زخم عبارت است از گسیختگی قسمتی از بافت های بدن که باعث اختلال در سیستم تغذیه ای آن ناحیه می شود. معمولا شکل ظاهری زخم ها گرد یا نامنظم است و با تخریب کامل سطح پوست و قسمت هایی از میان پوست ایجاد می شود. اندازه زخم ها از چند میلی متر تا چند سانتی متر متغیر است و ممکن است شل یا سفت باشد.

### \* انواع زخم

به طور کلی زخم ها به دو نوع تقسیم می شوند:

- زخم باز، به جراحاتی در پوست گویند که موجب خونریزی خارجی قابل رویت گردد.
- زخم بسته نیز به جراحاتی گفته می شود که زیرجلدی بوده و پوست پاره نشده و خونی هم خارج نمی شود.

### \* انواع زخم های باز

- زخم های شکافدار یا بریدگی ها: این زخم با وسایل برنده مثل چاقو، شیشه و غیره ایجاد می شود و ممکن است سطحی و یا عمقی باشد و تمام ضخامت پوست و یا نسوج زیر پوستی، عضلات، عروق خونی و اعصاب را درگیر کند. این زخم ها همراه با خونریزی زیاد و التیام سریع می باشد.
- زخم های پاره پاره: در این نوع زخم ممکن است بر اثر تماس با سیم خاردار برخورد ترکش خمپاره و یا گاز گرفتگی حیوانات ایجاد شود التیام این زخم به کندی صورت می گیرد و خونریزی کمتری دارد و معمولا آلوده هستند.
- زخم های کنده: در این نوع زخم قسمتی از پوست و گاهی اوقات نسج زیر جلدی و عضله نیز کنده می شود. گاهی قسمت کنده شده

در نزدیکی بدن مجروح پیدا می شود که در این صورت باید آن را همراه مجروح انتقال داد.

• خراشیدگی: معمولا بر اثر ساییده شدن یا سر خوردن روی سطح زیر به وجود می آید و لایه سطح پوست خراشیده می شود و زخم به رنگی قرمز روشن و با لکه های کوچک خون همراه است. این زخم نسبت به زخم های دیگر خفیف تر و سطحی تر است و اغلب آلوده به گرد و غبار است و به سادگی عفونی می شود .

• زخم های سوراخ شده: در این نوع زخمها ممکن است دیوار زخم منظم باشد، خونریزی کم و التیام به کندی صورت م گیرد. مانند زخم های چاقو، گلوله، سوزن، خار گیاه و حتی تیزی نرده. در این زخم ها ممکن است صدمه داخلی شدید باشد اگر زخم عمیق باشد به علت نفوذ غبار یا ذرات ریز آلوده امکان عفونت وجود دارد.

### \* عوارض و آثار سوء زخم ها

به دنبال ایجاد زخم های مختلف عوارض زیر در فرد ممکن است بروز نماید:

- عفونت: اگر زخم پس از ۴۸ ساعت کاملا بهبود نیافت احتمالا به علت ورود گرد و غبار نسوج مرده و میکروب هایی که در زخم مانده، عفونی شده است. علائم عفونت شامل حرارت بالا و تب، تورم و قرمزی اطراف زخم، ازدیاد درد و سوزش زخم و در نهایت در زخم های کثیف یا زخم های عمیق، عفونت کزاز می باشد .
- از دست دادن مایعات بدن و خون
- آسیب به احشاء داخلی مانند ریه ها، شکم، مغز و قلب
- ناتوانی و تغییر شکل محل آسیب دیده

### \* تشخیص نوع زخم

از نحوه و رنگ ترشحات زخم تا حدی می توان به نوع زخم پی برد. البته گاهی برای تشخیص زخم، بررسی و آزمایش های تکمیلی مانند کشت از ترشحات زخم لازم است.

- ترشح مایعی روشن و شفاف، معمولا موقع بهبود زخم دیده می شود.
- ترشح چرکی در زخم های عفونی شده، رنگ زرد - کرمی دارد.
- ترشح خون آلود معمولا در زخم های بدخیم و در زمان بهبود زخم عمیق دیده می شود.

### \* درمان

جهت درمان در انواع بریدگی ها اقدامات زیر انجام می شود:

- شستن زخم بریدگی و خراشیدگی با آب و صابون و سپس تمیز و خشک نگه داشتن آن
- تمیز کردن زخم با آب اکسیژنه (پراکسید هیدروژن) و بتادین در اولین روزها مفید است، اما به دلیل اینکه ترمیم زخم را به تأخیر می اندازد برای مدت طولانی نباید استفاده شوند.
- استفاده از پماد آنتی بیوتیک روی زخم
- پانسمان روی زخم
- در صورت نیاز به بخیه طی ۶ ساعت بعد از ایجاد زخم بخیه زده شود، زیرا تاخیر در این کار میزان عفونت زخم را افزایش می دهد.
- بررسی هر نوع زخم ناشی از سوراخ شدن پوست با کفش ورزشی، توسط پزشک زیرا در معرض خطر زیاد ابتلا به عفونت است.

### \* علائم بهبودی زخم

- به محض آن که زخمی بوجود بیاید، بدن شروع به درمان آن می کند. پلاکت ها و گلبول های قرمز خون و فیبرین، یک پوشش

ژلهای روی زخم ایجاد می‌کنند و بزودی زخم را می‌بندند، یعنی خون، دلمه و لخته می‌شود. (گلبول‌های سفید خون به محل زخم می‌روند و به باکتری‌هایی که موجب عفونت می‌گردند، حمله می‌کنند)

### \* علائم عفونت زخم

در زخمی که دچار عفونت می‌شود علائم زیر را می‌توان مشاهده نمود:

- قرمزی پوست، ورم، ترشح مایع سبز یا زردرنگ، یا افزایش گرمی و یا حساسیت در اطراف زخم، متورم شدن گره‌های لنفاوی در گردن، زیربغل، درد بدن، لرز یا تب، بی‌اشتهایی

### \* مراقبت

جهت مراقبت بهتر از انواع بریدگی‌ها اقدامات زیر را انجام دهید:

- سیگار نکشد، زیرا نیکوتین با انقباض عروق باعث کاهش جریان خون در محل زخم و آهسته شدن مراحل ترمیم زخم می‌شود.
- کسانی که زخم ساق پا دارند می‌توانند با پوشیدن جوراب‌های ویژه و چسبان از تجمع خون در عروق پا جلوگیری کنند تا خون به جریان افتد. این بیماران باید جوراب ویژه‌ای که ساق پا را کاملاً می‌پوشاند، بپوشند و فقط موقع خواب آن را بیرون بیاورند و حتی بعد از بهبود زخم پا دست کم تا پنج سال باید طی روز این جوراب‌ها را بپوشند تا از احتمال عود زخم پا جلوگیری کنند.
- اگر زخم خارش داشت، آرام باشید و آن را نخاراندید تا زودتر بهبود پیدا کنید.
- مراقبت دائمی از زخم مهم است. روزی یک بار، پانسمان روی زخم را بردارید و با آب و صابون به آرامی محل زخم را شستشو

- دهید، پماد آنتی‌بیوتیک روی آن بمالید و مجدداً پانسمان را روی زخم قرار دهید.
- اگر پانسمان زخم کثیف و یا خیس بود، فوراً آن را عوض کنید.
- اگر نتوانستید خونریزی زخم را متوقف کنید، بایستی نزد پزشک بروید. به طور طبیعی، بایستی طی شش ساعت بعد از ایجاد جراحت و آسیب، زخم مرمت شود.
- افرادی که سیستم ایمنی بدنشان ضعیف است، بیشتر دچار عفونت زخم می‌شوند و بایستی زخم آن‌ها توسط پزشک پانسمان شود. این افراد عبارتند از: بیماران دیابتی، بیماران سرطانی که شیمی‌درمانی می‌کنند، افرادی که داروهای کورتونی مصرف می‌کنند مثل پردنیزون، بیمارانی که دیالیز کلیه می‌کنند و بیماران مبتلا به ایدز.
- مرطوب نگه داشتن زخم با کمک کرم مرطوب‌کننده باعث می‌شود که بهبودی آن تسریع شود و از چسبندگی زخم به باند جلوگیری گردد. زخم‌های بزرگ و خراشیدگی‌ها را بهتر است مرطوب کنید.
- به سرعت برداشتن چسب یا بانداز موجب برداشتن پوست روی زخم و خونریزی مجدد آن می‌شود. پس بهتر است چسب یا بانداز را به آرامی بردارید.
- اگر احساس می‌کنید که بانداز به زخم چسبیده است، ابتدا آن را با آب گرم خیس کنید تا نرم شود.
- برای جلوگیری از کنده شدن موی اطراف زخم، بانداز و یا چسب را در جهت رویش مو به آرامی بردارید.
- دست‌های خود را قبل و بعد از پانسمان، ضدعفونی کنید.
- هنگامی که آب در نزدیکی شما وجود ندارد، دستمال مرطوب و یا اسپری ضدعفونی‌کننده را برای تمیز کردن زخم به کار ببرید.

- نباید هرگز از موادی که حاوی الکل است به طور مستقیم روی زخم‌ها استفاده کنید.
- اگر زخم شما دچار خونریزی شد و پس از تمیز کردن باز هم خونریزی کرد، سعی کنید با اعمال فشار صحیح، جریان خون را متوقف کنید.
- در صورتی که زخم دچار التهاب و خارش است، می‌توانید با تجویز پزشک از پمادهای مسکن استفاده کنید. این پمادها از بروز عفونت در زخم نیز جلوگیری می‌کنند.
- سعی کنید مکانی تمیز را برای تعویض پانسمان زخم خود انتخاب کنید. محیط‌های آلوده برای این کار مناسب نیستند، زیرا آلودگی بر روی زخم اثر کرده و احتمال بروز عفونت زخم را زیاد می‌کند.
- **\* در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمایید؟**
- در فواصل منظم و مشخص شده توسط پزشک جهت ادامه درمان به پزشک مراجعه نمایید.
- درد و قرمزی در محل زخم، ترشح چرکی از زخم، خونریزی از محل زخم، تب و لرز و بی‌اشتهایی