



مراقبت از بخیه



بخیه زدن بهترین روش برای ترمیم پارگی های پوست است. در این روش از نخ مخصوص بخیه برای دوختن لبه های یک زخم و نزدیک کردن آن ها به هم استفاده میشود.

سه هدف اصلی بخیه زدن:

جلوگیری از خونریزی محل پارگی و پیشگیری از ایجاد عفونت در زخم
بازگرداندن کارکرد بافت های آسیب دیده
دستیابی به نتایج زیبایی محل آسیب دیده با به حداقل رساندن اسکار

نکات مراقبت از بخیه:

- ✓ محل بخیه شده را تمیز و خشک نگهدارید.
- باید از زخم طوری مراقبت شود که سه روز پس از بخیه با اجازه پزشک محل زخم شسته شود.
- ✓ مرطوب نگه داشتن زخم باعث باز شدن بخیه و عفونت موضع میشود

- ✓ محل بخیه ها را یک روز در میان با استفاده از سرم شستشو تمیز کنید و بعد از خشک کردن مجدداً پانسمان کنید.
- ✓ روی زخم های باز یا بسته خود از بتادین استفاده نکنید
- ✓ از دستکاری زخم خودداری کنید
- ✓ محل بخیه شده بهتر است جهت کاهش درد و تورم در سطح بالاتر از قلب قرار گیرد.
- ✓ در هنگام استراحت و خواب عضو بخیه شده را میتوانید با بالشت بالا نگه دارید.
- ✓ در هنگام درد میتوانید به دستور پزشک مسکن استفاده کنید.
- ✓ در صورت تجویز آنتی بیوتیک آن را سر ساعت مصرف کنید.
- ✓ محل بخیه در حالت عادی کمی قرمز و متورم است و ممکن است کمی ترشح نیز داشته باشد که جای نگرانی ندارد اما اگر بعد از چند روز میزان ترشحات کم نشد و یا درد و تورم آن کاهش پیدا نکرد حتماً به پزشک خود مراجعه کنید.

واحد آموزش سلامت

تدوین: مریم سروری/کارشناس پرستاری

بهار ۱۴۰۱

شماره سند: PAM-SUC

نشانه های عفونت:

- ✓ ترشحات زرد رنگ یا سبز رنگ در محل
- ✓ قرمزی یا سفت شدن اطراف زخم
- ✓ تب
- ✓ افزایش درد یا درد غیر عادی

منابع: اورژانس کارنت

زمان کشیده شدن بخیه ها به محل بخیه و واکنش بدن و دستور پزشک بستگی دارد. نخ های بخیه جذبی به طور خود به خودی بعد از دو تا شش ماه در بافت بدن از بین میروند اما نخ های فیر قابل جذب نیاز به کشیدن دارند.

زمان باز کردن بخیه ها:

کشیدن بخیه	محل زخم
۳ تا ۵ روز	صورت
۱۰ تا ۱۴ روز	پوست سر
۷ تا ۲۱ روز	دست و پا
۷ تا ۱۴ روز	قفسه سینه پشت شکم
۱۴ تا ۲۱ روز	کف دست و پا

- ✓ تب بالا علامت مهم و هشدار دهنده جهت وجود عفونت در محل بخیه است
- ✓ ممکن است نیاز به زدن واکسن کزاز داشته باشید که طبق دستور پزشک باید تزریق شود
- ✓ توصیه میشود محل بخیه شده را جهت کاهش به جا ماندن جای زخم در مقابل آفتاب قرار ندهید.

رژیم غذایی:

هرگونه سوء تغذیه میتواند ترمیم زخم را به تاخیر بیندازد
برای تسریع بهبود زخم از مواد حاوی پروتئین و کربوهیدرات و ویتامین ها و مواد معدنی استفاده کنید.
از گوشت تازه و تخم مرغ و لبنیات و میوه های تازه و مغز گردو استفاده کنید.