



سوختگی ها

سوختگی یکی از آسیب های شایع در کشور ما به شمار می رود. به طوری که آمار سالانه سوختگی در ایران ۸ برابر آمار متوسط جهانی است. بر این اساس سالانه ۳۰ هزار نفر در کشور دچار سوختگی های شدید منجر به بستری می شوند که متاسفانه ده درصد از این افراد، به دلیل سوختگی و عوارض ناشی از آن جان خود را از دست می دهند. این مطلب به شما کمک می کند تا با انواع سوختگی ها و اقدامات اولیه لازم برای رسیدگی به هر یک از انواع سوختگی آشنا شوید

سوختگی چیست ؟

سوختگی نوعی آسیب به پوست یا بافتهای بدن است که بر اثر تماس با منابع حرارتی، برق، مواد شیمیایی، پرتوها و اشعه های گوناگون و یا بر اثر اصطکاک به وجود می آید. سوختگی می تواند محدود به لایه های سطحی بوده و یا در موارد شدیدتر به لایه های عمقی پوست، عضلات و حتی به استخوان ها آسیب برساند.

علائم و نشانه ها: تماس با هر منبع حرارتی باعث ایجاد سوختگی می گردد. سوختگی می تواند بر اساس شدت و مدت منبع باعث ایجاد آسیب های مختلف به اندام گردد. اما به طور کلی آسیب های ناشی از سوختگی به سه نوع تقسیم می شود:

- سوختگی درجه ۱ یا سطحی

سوختگی درجه یک را "سوختگی سطحی" نیز می نامند، چون فقط به بیرونی ترین لایه پوست آسیب می زند. نشانه های واضح سوختگی درجه یک عبارتند از:

✓ قرمزی

✓ التهاب جزئی (تورم)

✓ درد

✓ خشک و پوسته پوسته شدن پوست در زمان التیام یافتن سوختگی



اداره حوادث و فوریت پزشکی مراغه

- سوختگی درجه ۲ یا ضخامت نسبی

سوختگی درجه ۲ عمیق تر و وخیم تر از درجه ۱ است، چرا که آسیب دیدگی از لایه سطحی پوست فراتر رفته است. این نوع آسیب گسترده تاول زدن، قرمزی و زخم و التهاب شدید پوست را به دنبال دارد.

نشانه های سوختگی درجه ۲ عبارتند از:

✓ تاول

✓ ورم

✓ کنده شدن پوست همراه با درد شدید

- سوختگی درجه ۳ یا تمام ضخامت

سوختگی درجه ۳ شدیدترین نوع سوختگی است که با بیشترین میزان آسیب دیدگی در تمام لایه های پوست همراه است و گاهی حتی به اندام های اصلی، گردش خون و استخوان ها صدمه می زند.

تصور اشتباهی وجود دارد که سوختگی درجه ۳ دردناک ترین نوع سوختگی است. اما در واقع میزان آسیب دیدگی در این نوع سوختگی آن قدر شدید و گسترده است که احتمال دارد بیمار به دلیل صدمه دیدن عصب ها هیچ دردی احساس نکند. سوختگی درجه ۳ با توجه به دلیل سوختگی باعث تغییرهای ظاهری متفاوت در پوست می شود:

- سفید و مومی شدن پوست
- سوختن و تیره شدن پوست
- به رنگ قهوه ای تیره درآمدن
- برآمده و چرمی شدن پوست



توصیه های خودمراقبتی در منزل

۱. خونسرد باشید
 ۲. با اورژانس ۱۱۵ تماس بگیرید
 ۳. از ایمنی صحنه مطمئن باشید
- اگر صحنه امن نیست و احتمال آسیب به خودتان وجود دارد وارد نشوید!
 - اگر سوختگی الکتریکی باشد ابتدا منبع بر را قطع کنید
۱. ناحیه آسیب دیده را سرد کنید
- بلافاصله محل آسیب دیده را به مدت حداقل ۲۰ دقیقه زیر شیر آب خنک کنید
 - اگر لباس داغ است یا حاوی مواد شیمیایی است آن را خارج کنید اما اگر لباس به بدن فرد چسبیده است آن را جدا نکنید و پس از برش اطراف آن، لباس را خارج نمایید.
 - در صورت شستشوی چشم آب را از گوشه چشم وارد کرده و طوری روی چشم بریزید که پسماند آن به چشم دیگر سرایت نکند.
 - هرگونه لباس تنگ، حلقه و جواهر را در بیاورید.
 - در صورت امکان اندام آسیب دیده را جهت جلوگیری از تورم بالا نگه دارید.
- **اگر محل سوختگی بیشتر از کف دست است یا در محل مفاصل، قفسه سینه یا اندام تناسلی است باید حتما به مرکز درمانی منتقل گردد.**
۱. اگر مصدوم احساس غش میکند او را بلافاصله به پشت بخوابانید.
 ۲. از یک پانسمان استریل و سبک استفاده کنید.
 ۳. از قرار دادن یخ بطور مستقیم روی زخم خودداری نمائید.
 ۴. از روش های ابداعی و سنتی مانند زدن خمیر دندان، کرم، سیبزمینی و .. خودداری کنید.
 ۵. تحت هیچ عنوان تاول ها را پاره نکنید.
 ۶. بیمار را گرم نگه دارید.



اداره حوادث و فوریت
پزشکی مراغه

زمان مراجعه به مرکز درمانی

مهم است که تشخیص دهید چه زمانی یک سوختگی می تواند در خانه درمان شود و چه زمانی باید به پزشک مراجعه کنید یا از اورژانس ۱۱۵ کمک بخواهید. در موارد زیر لازم است به پزشک مراجعه کنید:

- سوختگی، ناحیه‌ی وسیعی از پوست را درگیر کرده است؛
- سوختگی شامل صورت، دست‌ها، قفسه سینه، مفاصل، اندامهای تناسلی یا کشاله‌ی ران است؛
- زخم دردناک یا بدبو شده است؛
- درجه‌ی حرارت بدن تان بالاست و تب دارید؛
- فکر می‌کنید که دچار سوختگی درجه‌ی سوم حتی با وسعت کم شده‌اید؛
- سوختگی درجه‌ی سوم که اغلب به آن سوختگی با ضخامت کامل گفته می‌شود، به بافت‌های زیرین می‌رسد و حتی می‌تواند به اعصاب صدمه بزند.

پیگیری و مراقبت های بعدی

در هر نوع سوختگی احتمال بروز عفونت به دلیل آسیب به پوست و ورود باکتری از این راه وجود دارد. عفونت جریان خون یا سپسیس نیز پی‌آمد اکثر موارد سوختگی‌های شدید است که به شوک یا حتی مرگ می‌انجامد. به همین منظور مراقبت و تعویض منظم و صحیح پانسمان ضروری می‌باشد.

یکی دیگر از مواردی که پس از سوختگی‌ها مورد توجه می‌باشد رژیم غذایی می‌باشد. اهداف رعایت رژیم غذایی در این بیماران در درجه اول پیشگیری از ایجاد سوء تغذیه، کمک به تامین آب و مواد کافی برای جلوگیری از ایجاد شوک و سرعت بخشیدن به بهبود زخم‌ها می‌باشد. به همین منظور رژیم غذایی زیر توصیه می‌گردد:

- مصرف حداقل ۶ تا ۸ لیوان آب در روز برای حفظ تعادل مایعات.
- مصرف چربی‌های سالم مانند ماهی، دانه کتان و کنجد
- مصرف پروتئین‌های **A**، **C** و **E** مانند هویج، اسفناج، جعفری، پرتقال و...