

آسیب نافذ قفسه سینه

راهنمای بیمار



در صورت هر گونه سوال در خصوص بیماری از طریق

ذیل تماس بگیرید:

شماره تلفن ۴۶۳۲۲۱۳۵_داخلی ۲۵۴

روزهای شنبه - دوشنبه - چهارشنبه

Shahindezh.edh@umsu.ac.ir

- خروج چرک یا ترشحات سبز رنگ از زخم یا تشدید ترشحات اولیه یا استنشام بوی بد از زخم
- خونریزی مجدد زخم به طوری که پس از ۱۵-۱۰ دقیقه فشار مداوم روی محل زخم متوقف نشود.
- بروز تب بالای ۳۸ درجه یا حملات لرز
- تشدید درد قفسه‌ی سینه که با مصرف داروهای ضد درد و استراحت بهبود نیابد.
- درد شدید در کل شکم که با حرکت کردن بدتر شود.
- تنگی نفس شدید یا ناگهانی یا احساس تنگی نفس در حالت استراحت
- احساس سنگینی و گرفتگی قفسه سینه
- تپش قلب شدید به خصوص در حالت استراحت
- بروز سرفه‌های شدید و ناگهانی یا تشدید و بدتر شدن سرفه‌ها
- خروج خلط زیاد یا دفع خلط به رنگ زرد تیره یا سبز
- دفع خون همراه با خلط
- تهوع یا استفراغ یا بی‌اشتهایی شدید
- دردناک بودن بلغ (احساس درد هنگام فرو بردن لقمه) یا عدم توانایی در خوردن و آشامیدن
- ضعف و بی‌حالی شدید یا کاهش سطح هوشیاری (بی‌هوشی)
- عدم توانایی در دفع گاز و مدفوع و بزرگ شدن شکم (یبوست و نفخ شدید)

منبع: دستورالعمل طرح دیتا

تهیه و تنظیم: واحد آموزش سلامت

ویرایش: بهار ۱۴۰۵

- ۱۷. از هرگونه تغییر حالت ناگهانی (مثلاً از حالت نشسته به ایستاده) پرهیز کنید و هنگام برخاستن از رختخواب ابتدا برای چند دقیقه بنشینید سپس به آرامی برخیزید.
 - ۱۸. وجود این زخم محدودیت غذایی برای شما ایجاد نمی‌کند، اما توصیه می‌شود برنامه‌ی غذایی خود را به شکلی تنظیم کنید که دچار یبوست نشوید.
 - ۱۹. بهتر است تا زمان ترمیم زخم از میوه‌ها، سبزیجات و آرمیوه‌های سرشار از ویتامین ث مثل مرکبات، لیموترش، گوجه‌فرنگی، توت‌فرنگی، آب لیمو و آب پرتقال بیشتر استفاده کنید، ویتامین ث باعث سریع‌تر شدن روند ترمیم زخم و بهبودی می‌شود.
 - ۲۰. در صورتی که در اورژانس برای شما عکس‌برداری (رادیوگرافی) یا سی‌تی‌اسکن انجام شده است، آن را تا زمان بهبود کامل نزد خود نگاه دارید چون در صورت بروز عوارضی مانند عفونت جهت مقایسه به آن نیاز خواهد شد.
 - ۲۱. در صورت امکان تا زمان کشیدن بخیه‌ها روزانه دو مرتبه دمای بدن خود را با تب‌گیر اندازه‌گیری کنید.
 - ۲۲. روزانه زخم خود را از نظر بروز علائم زیر بررسی نمایید:
 - تورم و قرمزی اطراف محل زخم
 - وضعیت ترشحات
 - خونریزی
- در صورت بروز هر یک از علائم زیر مجدداً به اورژانس یا پزشک مراجعه کنید:
- آسیب یا پارگی بخیه‌ها و باز شدن مجدد زخم
 - درد شدید یا تورم یا قرمزی محل زخم

آسیب‌های قفسه‌ی سینه همراه با زخم باز

شروع قفسه‌ی سینه در اثر آسیب دچار زخم باز / پارگی / سوراخ شده است. با توجه به معاینات و بررسی‌های انجام شده زخم شما محدود به پوست و لایه‌های سطحی می‌باشد و یا دچار آسیب‌های شدید در اعضای داخلی قفسه‌ی سینه و رگ‌های بزرگ شده است که زخم پس از شستشو و اقدامات اولیه بخیه شده است.

پس از ترخیص تا زمان بهبودی به نکات و توصیه‌های زیر توجه کنید:

۱. بخیه‌ها را پس از ۲۴ ساعت می‌توانید به آرامی با آب گرم و صابون بشویید، اما به هیچ‌وجه آنها را به مدت طولانی در آب غوطه‌ور نکنید (مثلاً در وان حمام، استخر،...) چون تماس زیاد با آب باعث کاهش سرعت بهبود زخم و افزایش احتمال عفونت می‌شود.
۲. بخیه‌ها را بلافاصله با ملایمت خشک کنید، برای این کار از یک پارچه‌ی نخی سبک و کاملاً تمیز که فقط به این کار اختصاص داده‌اید یا گاز استریل استفاده کنید و به هیچ وجه 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 ضربه‌ای ملایم استفاده کنید.
۳. پس از شستشو می‌توانید روی زخم را با یک لایه‌ی نازک پماد آنتی‌بیوتیک (در صورت تجویز هنگام ترخیص) بپوشانید. اما به هیچ وجه از الکل، بتادین، آب اکسیژنه، محلول‌های ضد عفونی کننده، کرم‌های آرایشی یا نرم‌کننده، روغن‌های معطر یا پمادهای کورتونی روی

زخم استفاده نکنید، این مواد باعث تحریک پوست، بروز حساسیت و عفونت و تأخیر ترمیم زخم خواهند شد.

۴. در صورتی که زخم شما پانسمان شده است حتماً تا زمانی که پزشک به شما هنگام ترخیص توصیه کرده زخم را پوشیده نگاه دارید، در این صورت حداقل ۴۸ ساعت پانسمان را به شکل اولیه حفظ کرده و سپس بعد از هر بار شستشوی زخم آن را با یک پانسمان سبک بپوشانید.
۵. خارش خفیف زخم در روزهای ابتدایی طبیعی است، در این موارد از خاراندن زخم خودداری کنید و فقط پوست را ماساژ دهید، ترشح خفیف به صورت مایع زرد کم‌رنگ، رقیق و آبکی نیز در روزهای اول از زخم طبیعی است.
۶. در روزهای اول ممکن است احساس درد و سوزش خفیف در محل زخم داشته باشید که برای رفع آن می‌توانید از استامینوفن استفاده کنید، ترکیبات حاوی آسپیرین و بروفن ممکن است باعث بروز خونریزی شوند.
۷. در صورتی که هنگام ترخیص برای شما آنتی‌بیوتیک تجویز شده است دارو را در زمان معین مصرف کرده و دوره‌ی درمان را کامل کنید.
۸. درد شما ممکن است با حرکت کردن، سرفه، عطسه، خنده و حتی تنفس عمیق تشدید و بدتر شود.
۹. از استراحت مداوم در بستر بیش از ۲-۱ روز پرهیز کنید و به فعالیت‌های روزمره‌ی خود باز گردید، چون استراحت طولانی‌مدت باعث ضعف و خشکی عضلات و افزایش احتمال بروز عفونت در ریه‌ها می‌شود.
۱۰. کاهش فعالیت و باز نشدن کامل ریه‌ها باعث بروز عفونت می‌شود، بنابراین هر ۲-۱ ساعت ۱۰ بار نفس‌های کاملاً عمیق

بکشید به طوری که قفسه‌ی سینه کاملاً باز شود و هر بار ۳ ثانیه نفس خود را نگاه دارید و بعد بیرون بدهید، این کار ممکن است باعث احساس درد شود.

۱۱. در صورت بروز سرفه به هیچ وجه جلوی آن را نگیرید و به طور کامل سرفه کنید، سرفه کردن با تخلیه‌ی ترشحات ریه باعث کاهش احتمال بروز عفونت می‌شود.
۱۲. هنگامی که سرفه می‌کنید یا نفس عمیق می‌کشید می‌توانید یک بالش را به قسمتی از قفسه‌ی سینه که دچار ضربه و احساس درد شده است محکم فشار دهید تا میزان درد را کاهش دهد.
۱۳. توصیه می‌شود در طول ۲-۱ روز اول هنگام خوابیدن از یکی از نزدیکان خود بخواهید وضعیت تنفس شما را در طول خواب هر ۳-۴ ساعت یک بار ارزیابی کند تا هر گونه تغییر وضعیت مانند سختی یا تند شدن یا صدا دار شدن تنفس‌ها به زودی مشخص شود.
۱۴. از انجام فعالیت‌های جسمی شدید و سنگی که باعث فشار یا ضربه به محل زخم می‌شود حداقل در طول ۲ هفته‌ی آینده خودداری کنید چون اگر دوباره به همان محل قبلی ضربه یا فشار وارد شود ممکن است باعث آسیب بخیه‌ها یا باز شدن دوباره‌ی زخم شود.
۱۵. از بلند کردن و حمل کودکان، بارها، اجسام، کیف و کوله‌پشتی‌های سنگین، انجام فعالیت‌های ورزشی سنگین و شنا کردن خودداری کنید.
۱۶. از باقی ماندن در یک وضعیت طولانی به ویژه در حالت نشسته (مثلاً هنگام مطالعه یا کار با کامپیوتر) خودداری کنید و هر ۳۰-۲۰ دقیقه یک بار وضعیت خود را تغییر داده یا چند قدم راه بروید.