

## Chăm Sóc Phồng Burn Care

Phồng (bong) là tình trạng hư hại da và có thể ảnh hưởng đến nhiều lớp dưới da. Phồng có thể do nắng, hơi nóng, hóa chất, điện, hoặc phóng xạ gây ra.

### Cần bao lâu để lành vết phồng?

Phồng nhẹ cần khoảng 3 đến 6 ngày để lành. Một lớp da có thể tróc ra sau một hay hai ngày đầu. Trường hợp này là bình thường.

Phồng nặng hơn có thể cần đến 3 tuần mới lành.

### Cách giữ gìn băng vết phồng

Nếu chúng tôi băng vết phồng của quý vị, quý vị sẽ có một trong hai loại băng.

- Quý vị có loại **băng thường lệ**.  
You have a **regular bandage**.
- Quý vị có loại **băng Acticoat™** đặc biệt.  
You have a special **Acticoat™ bandage**.

### Băng thường lệ Regular bandages

Thay băng mỗi ngày hoặc khi băng bị ướt.

Muốn thay băng:

1. Rửa tay ít nhất là 45 giây bằng xà bông và nước.
2. Dùng khăn lông sạch lau khô tay.
3. Tháo lớp băng ngoài.
4. Tháo lớp băng trong. Nếu băng dính chặt vào vết phồng, **đừng** kéo băng ra. Ngâm băng trong nước ấm sạch trong vài phút rồi từ từ gỡ băng ra.
5. Dùng nước ấm rửa vết phồng nhẹ nhàng.
6. Dùng khăn lông mềm sạch để thấm khô chỗ phồng.

7. Thoa mỏng một lớp kem thuốc lên băng sạch. \_\_\_\_\_ Put a thin layer of medicated ointment or cream on a clean bandage.
8. Dùng lớp băng bên trong này băng kín chỗ phồng.
9. Băng thêm một lớp băng sạch ở ngoài. Nhớ băng kín toàn bộ chỗ phồng.
10. Dán lớp băng ngoài cho không sút ra.  
**Đừng** dán trực tiếp lên vết phồng.

**Đừng** làm vỡ vết rộp da. Nếu làm vỡ vết rộp thì có thể bị nhiễm trùng. Nếu vết rộp tình cờ vỡ ra, hãy giữ cho sạch. Thoa mỏng một lớp kem thuốc lên vết rộp bị vỡ trước khi dùng băng sạch băng kín lại.

### Băng Acticoat™ Acticoat™ bandages

Loại băng đặc biệt này được dùng cho trường hợp phồng nặng hơn. Phồng nặng có rủi ro bị nhiễm trùng nhiều hơn. Loại băng này có chất bạc giúp ngừa và điều trị nhiễm trùng. Da quý vị sẽ đổi sang màu sậm xung quanh chỗ phồng. Sở dĩ có màu này là vì chất bạc và sẽ tan đi dần.

**\*\***Nếu quý vị được Rọi Hình Cộng Hưởng Từ Tính (Magnetic Resonance Imaging (MRI)), quý vị **phải nói** cho chuyên viên kỹ thuật rọi hình biết là quý vị có băng chứa chất bạc.

**Đừng** tự thay băng này.

Quý vị phải được thay băng và khám vết phồng vào ngày: \_\_\_\_\_ tại (date)  
\_\_\_\_\_ địa điểm (location).  
Quý vị phải được thay băng và khám vết phồng vào ngày này tại địa điểm này. You must have your bandage changed and your burn checked on this date at this location.

## Chăm Sóc Vết Phỏng - tiếp theo

### Burn Care - continued

---

#### Cách tự chăm sóc ở nhà

Giữ cho băng sạch và khô.

Khi tắm vòi sen, hãy bảo vệ băng bằng cách quấn một lớp plastic che kín và dán lại băng bằng keo không thấm nước. Nhớ quấn lớp plastic và dán băng keo lố ra ngoài cạnh lớp băng từ 1 đến 2 inches.

Nếu quý vị bị phỏng ở cánh tay hoặc chân:

Trong 24 giờ sắp tới, hãy gác cánh tay hoặc chân lên gối trong khi ngồi hoặc nằm. Làm như vậy sẽ giúp cho không bị sưng nhiều.

Dùng thuốc giảm đau nếu quý vị cần. Hãy hỏi bác sĩ gia đình hoặc dược sĩ về loại nào có hiệu quả nhất cho quý vị.

Khi vết phỏng lành dần thì chỗ đó sẽ ngứa và khô. **Đừng** gãi.

Quý vị có thể tháo băng sau khi vết phỏng không còn rách da hoặc chảy nước.

Sau khi tháo băng và da quý vị đã lành, quý vị có thể dùng chút ít dầu không tẩm mùi thơm để làm mềm da và không bị khô.

#### Khi nào nhờ giúp

Hãy liên lạc với bác sĩ gia đình nếu vết phỏng của quý vị có bất cứ dấu hiệu nhiễm trùng nào sau đây:

- Quý vị bị đau nhiều hơn hoặc không thấy đỡ hơn.
- Chỗ tấy đỏ xung quanh vết phỏng trở nặng hơn và lâu không lành.
- Vết phỏng có mùi hôi.
- Vết phỏng (hoặc chỗ rộp da) rỉ nước màu xanh lục hoặc nâu (mủ).
- Quý vị bị ớn lạnh và sốt cao hơn 38.5°C (101.3°F).

#### Hãy đến Phòng Cấp Cứu gần nhất nếu:

- Quý vị có bất cứ dấu hiệu nhiễm trùng nào ở trên và không thể liên lạc với bác sĩ gia đình của quý vị.
- Quý vị thấy sưng, tê, hoặc lăn tăn nhột nhạt ở dưới chỗ phỏng (trong trường hợp bị phỏng ở cánh tay hoặc chân).

#### Muốn biết thêm, nên hỏi:

- Bác sĩ gia đình của quý vị
- Dược sĩ
- HealthLinkBC - gọi số 8-1-1 (7-1-1 cho người điếc hoặc lãng tai) hoặc đến [www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca)