

Emergency Services

خدمات اورژانس

Burn Care

مراقبت از سوختگی

5. محل سوختگی را به آرامی با آب گرم بشوئید.
 6. با یک حوله نرم تمیز محل سوختگی را به آرامی با گذاشتن و برداشتن حوله خشک کنید.
 7. لایه نازکی از کرم یا پماد دارویی را روی بانداژ تمیز بگذارید.
- Put a thin layer of medicated ointment or cream on a clean bandage.
8. روی سوختگی را با همین بانداژ داخلی ببوشانید.
 9. یک بانداژ بیرونی تمیز را بر روی این بانداژ قرار دهید. مطمئن شوید که بانداژ تمام سوختگی را پوشانده باشد.
 10. بانداژ بیرونی را با چسب محکم کنید. چسب را بطور مستقیم بر روی سوختگی قرار ندهید.
- تاول ها را پاره نکنید. این کار میتواند موجب عفونت بشود. اگر بطور تصادفی این اتفاق افتاد، آنرا تمیز نگه دارید. قبل از گذاشتن یک بانداژ تمیز، لایه نازکی از کرم یا پماد دارویی را روی تاول باز شده بگذارید.

سوختگی به پوست بدن شما آسیب وارد میکند و ممکن است لایه های زیرین پوست را نیز صدمه بزند. سوختگی میتواند در اثر نور خورشید، گرما، مواد شیمیایی، برق یا تشعشع ایجاد شود.

چقدر طول میکشد تا سوختگی التیام یابد؟

سوختگی های خفیف ظرف 3 تا 6 روز بهبود پیدا میکنند. احتمال ورآمدن یک لایه از پوست در اولین یا دومین روز پس از سوختگی وجود دارد. این حالت طبیعی است.

سوختگی های شدیدتر ممکن است تا 3 هفته برای بهبودی زمان ببرد.

چگونه از پانسمان خود مراقبت کنید

اگر سوختگی شما را پانسمان کنیم، یکی از دو نوع بانداژ را خواهید داشت.

یک بانداژ معمولی دارید.

You have a **regular bandage**.

یک بانداژ آکتی کت مخصوص دارید.

You have a special **Acticoat™ bandage**.

پانسمان های آکتی کت Acticoat™ bandages

این نوع بانداژ مخصوص برای سوختگی های شدید تر بکار میرود. شانس عفونی شدن سوختگیهای شدید بیشتر است. این بانداژ حاوی نقره است که از عفونت پیشگیری کرده و آنرا درمان میکند. رنگ پوست شما در اطراف سوختگی تیره خواهد شد. این امر بخاطر نقره اتفاق میفتد و در اثر مرور زمان از بین میرود.

****اگر تست تصویر برداری تشدید مغناطیسی (ام آر آی) دارید به تکنولوژیست در مورد داشتن بانداژ نقره باید اطلاع دهید.**

این نوع بانداژ را خودتان عوض نکنید.

بانداژ معمولی Regular bandages

بانداژ را هر روز یا وقتیکه خیس شده باشد تعویض کنید.

برای تعویض بانداژ:

1. دست خود را بمدت حداقل 45 ثانیه با آب و صابون بشوئید.
2. دست خود را با یک حوله تمیز خشک کنید.
3. لایه خارجی بانداژ را بردارید.
4. لایه داخلی بانداژ را بردارید. اگر این لایه به سوختگی چسبیده باشد، پانسمان را جدا نکنید. بانداژ را برای چند دقیقه در آب گرم تمیز بخیسانید و بعد به آرامی بانداژ را جدا کنید.

بانداژ شما باید در تاریخ _____ (date) و در

محل _____ (location)

عوض شده و سوختگی مورد بررسی قرار گیرد.

You must have your bandage changed and your burn checked on this date at this location.

چگونه در خانه از خود مراقبت کنید

بانداز را تمیز و خشک نگه دارید.

وقتی که دوش میگیرید روی بانداز را با پلاستیک و چسب ضد آب بپوشانید. اطمینان حاصل کنید که پوشش مورد نظر و چسب 1 تا 2 اینچ اطراف لبه بانداز را میپوشاند.

اگر سوختگی بر روی دست یا پای شماست:

در 24 ساعت آینده، زمانیکه نشسته یا دراز کشیده اید دست یا پای خود را بر روی بالش بگذارید. این کار به کم نگه داشتن تورم کمک میکند.

اگر نیاز دارید از دارو برای تسکین درد استفاده کنید. با پزشک خانواده خود یا داروساز در مورد آنچه که برای شما مفید است، مشورت کنید.

وقتی که سوختگی در حال التیام است خشک شده و به خارش میفتد. آنرا **نخاراند**.

زمانیکه زخم دیگر باز نبوده یا ترشح نداشته باشد میتوانید بانداز را از روی زخم بردارید.

همینکه بانداز از روی سوختگی برداشته شده و پوست التیام یافته باشد میتوانید از مقدار کمی کرم بدون یو برای نرم و مرطوب نگه داشتن پوست استفاده کنید.

چه موقع در خواست کمک کنیم

اگر سوختگی شما هر یک از علائم زیر را نشان میدهد با پزشک خانواده خود تماس بگیرید:

دردتان بیشتر شده یا بهتر نمیشود.

قرمزی اطراف سوختگی بیشتر شده یا با گذشت زمان از بین نمیرود.

از سوختگی بوی بدی به مشام میرسد.

از سوختگی (یا از تاول ها) مایعی سبز یا قهوه ای (چرک) می آید.

تب و لرز بالای 38.5 درجه سانتی گراد (101.3 درجه فارنهایت) دارید.

در موارد زیر به نزدیکترین بخش اورژانس مراجعه کنید:

اگر هر یک از علائم عفونت ذکر شده در فهرست فوق را دارید و با پزشک خانواده خود نمیتوانید تماس بگیرید.

در زیر محل سوختگی احساس تورم، بیحسی یا گزگز میکنید (در سوختگیهای دست یا پا).

برای آنکه بیشتر بدانید خوب است سوال کنید:

• از پزشک خانواده خود

• از داروساز

• با شماره 1-1-8 هلت لینک بی . سی تماس بگیرید (با

شماره 1-1-7 برای ناشنویان و یا کم شنوایان) و یا به

آدرس اینترنتی: www.HealthLinkBC.ca سر بزنید.