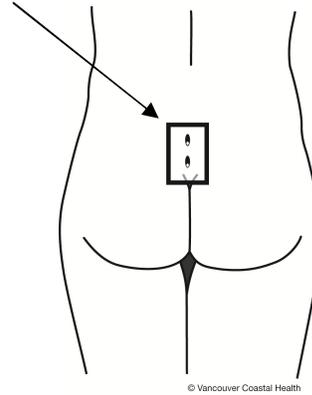


خُرَاجُ الجُرَيْبِ الشَّعْرِيِّ Pilonidal Abscess

كيف تعتني بنفسك في البيت

- حافظ على الضمادة نظيفة وجافة.
- قم بتغيير ضماداتك على الأقل 3 مرات في اليوم. قم بتغيير الضمادات عدة مرّاتٍ إذا أصبحت رطبة بسبب القيح والسوائل.
- بسبب المكان الذي توجد فيه الضمادات، فقد تحتاج لشخص آخر ليغير لك ضماداتك.
- قم بتغيير ضماداتك إذا أصبحت متسخة بالبراز (الغائط).
- قم بغسل يديك دائما:
 - قبل و بعد تغيير ضماداتك
 - بعد التعامل مع الضمادات المستخدمة
- قم بلف الضمادات المستخدمة في كيس من البلاستيك وارمها في القمامة.
- الاستحمام Bathing :
 - (افعل فقط ما عليه اشارة) (Do only what is checked off)
 - لا تستحم و لا تغتسل بالمرشحة (الدش). اغسل بقدر ما تستطيع بمنشفة.
 - Do not bath or shower. Wash as much as you can with a washcloth.
 - يمكنك أن تغتسل بالمرشحة (الدش). لكن لا تستحم. You can shower. Do not bath.
- إذا أعطينا لك وصفة طبية للمضادات الحيوية، فعليك تناول الدواء تماما حسب التعليمات. لا تتوقف عن تناول المضادات الحيوية حتى تكمل كل الحبوب.
- تناول الاسيتامينوفين (تايلينول أو دواء علامة تجارية) أو الإيبوبروفين (أدفييل، موترين، أو دواء علامة تجارية) المسكّن للألم.



لديك كيسة شعريّة بالقرب من عجب الذنب، فوق الأرداف مباشرة. عادة ما ينتج من الشعر الناشب (يسمى بالإنجليزية 'بيلونيدال' - 'بيلو' يعني 'الشعر'، 'نيدال' يعني 'التجمّع'). عندما يصاب بالالتهاب، يسمى بخُرَاجِ الجُرَيْبِ الشَّعْرِيِّ.

لقد فتحنا خُرَاجَ الجُرَيْبِ

الشَّعْرِيِّ للسماح بتصريف

القيح. وقد تركناه مفتوحا لكي يستمر في التسرب، مما يساعد على الشفاء. أحيانا نقوم بحشو الجرح بنسيج رقيق خاص للمساعدة في استخراج القيح والسوائل. يشفى الجرح بالمقلوب (من الداخل الى الخارج). ويغطي خُرَاجُك برِباط (ضمادة) لجمع القيح والسوائل، وللحفاظ على نظافته.

قد يحتاج جرحك لشهر على الأقل للشفاء بشكل كامل. كلما شفى الجرح، فإنه ينزف بشكل أقل. في معظم الحالات، لا ترجع الالتهابات مرة أخرى.

إذا تكررت التهابات في هذه المنطقة، فإن طبيبك قد يقترح عليك عملية جراحية بسيطة لإزالة الكيس.

قم بترتيب موعد لرؤية طبيب أسرتك خلال 7 أيام. إذا كان جرحك قد تم حشوه، فإن الحشو سيتم إزالته في ذلك الوقت.

لمعرفة المزيد، يستحسن أن تسأل:

- طبيب أسرتك
- إتصل بالرابط الصّحي لكولومبيا البريطانية "HealthLinkBC" على رقم 8-1-1 (للصّم وضعاف السّمع 7-1-1) أو اذهب على شبكة الانترنت www.HealthLinkBC.ca

اتصل بطبيب أسرتك في حالة ما:

- إذا كانت لديك حمّى تتجاوز C 35 درجة مئوية (101.3 F فارنهايت)
- إذا حصل لك المزيد من التورم أو النزيف من الجرح.
- إذا بدأت تنزف من الجرح.
- إذا زاد ألمك سوءا أو لم يتوقف حتى بعد تناول الدواء المسكّن للألم.
- إذا بدأت تشعر بالقرقان (الغثيان) أو بدأت تستقرغ (تتقيؤ).
- إذا كان برازك سائلا (الإسهال).

طرق للوقاية من خُرَاجِ الْجَرِيْبِ الشَّعْرِيِّ

- عندما تشفى، قم بتنظيف المنطقة كل يوم بصابون "الغليسيرين". شطف المنطقة جيدا لإزالة الصابون. جفّه تماما.
- أبق المنطقة نظيفة وجافة.
- حاول ان لا تجلس لفترات طويلة من الوقت، وخصوصا على الأسطح الصلبة.
- ارتد ملابس داخلية من القطن.
- تحدث مع طبيبك حول إمكانية إزالة الشعر من المنطقة المصابة

الصور المستخدمة باذن من "تجفيف أو إزالة قُبْحَةِ خُرَاجِ الْجَرِيْبِ الشَّعْرِيِّ
"FB.723.D73" (يناير 2011) من طرف "فانكوفر الساحلية للصحة"
Vancouver Coastal Health