

* شرح بیماری

زخم عبارت است از گسیختگی قسمتی از بافت‌های بدن که باعث اختلال در سیستم تغذیه‌ای آن ناحیه می‌شود. معمولاً شکل ظاهری زخم‌ها گرد یا نامنظم است و با تخریب کامل سطح پوست و قسمت‌هایی از میان پوست ایجاد می‌شود. اندازه زخم‌ها از چند میلی‌متر تا چند سانتی‌متر متغیر است و ممکن است شل یا سفت باشد.

* انواع زخم

به طور کلی زخم‌ها به دو نوع تقسیم می‌شوند:

- زخم باز، به جراحاتی در پوست گویند که موجب خونریزی خارجی قابل رویت گردد.
- زخم بسته نیز به جراحاتی گفته می‌شود که زیرجلدی بوده و پوست پاره نشده و خونی هم خارج نمی‌شود.

* انواع زخم‌های باز

- زخم‌های شکافدار یا بریدگی‌ها: این زخم با وسایل برنده مثل چاقو، شیشه و غیره ایجاد می‌شود و ممکن است سطحی و یا عمقی باشد و تمام ضخامت پوست و یا نسوج زیر پوستی، عضلات، عروق خونی و اعصاب را درگیر کند. این زخم‌ها همراه با خونریزی زیاد و التیام سریع می‌باشد.
- زخم‌های پاره پاره: در این نوع زخم ممکن است بر اثر تماس با سیم خاردار برخورد ترکش خمپاره و یا گاز گرفتگی حیوانات ایجاد شود التیام این زخم به کندی صورت می‌گیرد و خونریزی کمتری دارد و معمولاً آلوده هستند.
- زخم‌های کنده: در این نوع زخم قسمتی از پوست و گاهی اوقات نسج زیرجلدی و عضله نیز کنده می‌شود. گاهی قسمت کنده شده در نزدیکی بدن مجروح پیدا می‌شود که در این صورت باید آن را همراه مجروح انتقال داد.

- خراشیدگی: معمولاً بر اثر ساییده شدن یا سر خوردن روی سطح زیر به وجود می‌آید و لایه سطح پوست خراشیده می‌شود و زخم به رنگی قرمز روشن و با لکه‌های کوچک خون همراه است. این زخم نسبت به زخم‌های دیگر خفیف تر و سطحی‌تر است و اغلب آلوده به گرد و غبار است و به سادگی عفونی می‌شود.
- زخم‌های سوراخ شده: در این نوع زخمها ممکن است دیوار زخم منظم باشد، خونریزی کم و التیام به کندی صورت می‌گیرد. مانند زخم‌های چاقو، گلوله، سوزن، خار گیاه و حتی تیزی نرده. در این زخم‌ها ممکن است صدمه داخلی شدید باشد اگر زخم عمیق باشد به علت نفوذ غبار یا ذرات ریز آلوده امکان عفونت وجود دارد.

* عوارض و آثار سوء زخم‌ها

به دنبال ایجاد زخم‌های مختلف عوارض زیر در فرد ممکن است بروز نماید:

- عفونت: اگر زخم پس از 48 ساعت کاملاً بهبود نیافت احتمالاً به علت ورود گرد و غبار نسوج مرده و میکروب‌هایی که در زخم مانده، عفونی شده است. علائم عفونت شامل حرارت بالا و تب، تورم و قرمزی اطراف زخم، ازدیاد درد و سوزش زخم و در نهایت در زخم‌های کثیف یا زخم‌های عمیق، عفونت کزاز می‌باشد.
- از دست دادن مایعات بدن و خون
- آسیب به احشاء داخلی مانند ریه‌ها، شکم، مغز و قلب
- ناتوانی و تغییر شکل محل آسیب دیده

* تشخیص نوع زخم

از نحوه و رنگ ترشحات زخم تا حدی می‌توان به نوع زخم پی برد. البته گاهی برای تشخیص زخم، بررسی و آزمایش‌های تکمیلی مانند کشت از ترشحات زخم لازم است.

- ترشح مایعی روشن و شفاف، معمولاً موقع بهبود زخم دیده می‌شود.
- ترشح چرکی در زخم‌های عفونی شده، رنگ زرد - کرمی دارد.
- ترشح خون آلود معمولاً در زخم‌های بدخیم و در زمان بهبود زخم عمیق دیده می‌شود.

* درمان

جهت درمان در انواع بریدگی‌ها اقدامات زیر انجام می‌شود:

- شستن زخم بریدگی و خراشیدگی با آب و صابون و سپس تمیز و خشک نگه داشتن آن
- تمیز کردن زخم با آب اکسیژنه (پراکسید هیدروژن) و بتادین در اولین روزها مفید است، اما به دلیل اینکه ترمیم زخم را به تأخیر می‌اندازد برای مدت طولانی نباید استفاده شوند.
- استفاده از پماد آنتی‌بیوتیک روی زخم
- پانسمان روی زخم
- در صورت نیاز به بخیه طی 6 ساعت بعد از ایجاد زخم بخیه زده شود، زیرا تاخیر در این کار میزان عفونت زخم را افزایش می‌دهد.
- بررسی هر نوع زخم ناشی از سوراخ شدن پوست با کفش ورزشی، توسط پزشک زیرا در معرض خطر زیاد ابتلا به عفونت است.

* علائم بهبودی زخم

- به محض آن که زخمی بوجود بیاید، بدن شروع به درمان آن می‌کند. پلاکت‌ها و گلبول‌های قرمز خون و فیبرین، یک پوشش ژله‌ای روی زخم ایجاد می‌کنند و بزودی زخم را می‌بندند، یعنی خون، دلمه و لخته می‌شود. (گلبول‌های سفید خون به محل زخم می‌روند و به باکتری‌هایی که موجب عفونت می‌گردند، حمله می‌کنند)

* علائم عفونت زخم

در زخمی که دچار عفونت می شود علائم زیر را می توان مشاهده نمود:

- قرمزی پوست، ورم، ترشح مایع سبز یا زرد رنگ، یا افزایش گرمی و یا حساسیت در اطراف زخم، متورم شدن گره های لنفاوی در گردن، زیر بغل، درد بدن، لرز یا تب، بی اشتها

* مراقبت

جهت مراقبت بهتر از انواع بریدگی ها اقدامات زیر را انجام دهید:

- سیگار نکشید، زیرا نیکوتین با انقباض عروق باعث کاهش جریان خون در محل زخم و آهسته شدن مراحل ترمیم زخم می شود.
- کسانی که زخم ساق پا دارند می توانند با پوشیدن جوراب های ویژه و چسبان از تجمع خون در عروق پا جلوگیری کنند تا خون به جریان افتد. این بیماران باید جوراب ویژه ای که ساق پا را کاملا می پوشاند، بپوشند و فقط موقع خواب آن را بیرون بیاورند و حتی بعد از بهبود زخم پا دست کم تا پنج سال باید طی روز این جوراب ها را بپوشند تا از احتمال عود زخم پا جلوگیری کنند.
- اگر زخم خارش داشت، آرام باشید و آن را نخاراند تا زودتر بهبود پیدا کنید.
- مراقبت دائمی از زخم مهم است. روزی یک بار، پانسمان روی زخم را بردارید و با آب و صابون به آرامی محل زخم را شستشو دهید، پماد آنتی بیوتیک روی آن بمالید و مجدداً پانسمان را روی زخم قرار دهید.
- اگر پانسمان زخم کثیف و یا خیس بود، فوراً آن را عوض کنید.
- اگر نتوانستید خونریزی زخم را متوقف کنید، بایستی نزد پزشک بروید. به طور طبیعی، بایستی طی شش ساعت بعد از ایجاد جراحی و آسیب، زخم مرمت شود.

- افرادی که سیستم ایمنی بدنشان ضعیف است، بیشتر دچار عفونت زخم می شوند و بایستی زخم آن ها توسط پزشک پانسمان شود. این افراد عبارتند از: بیماران دیابتی، بیماران سرطانی که شیمی درمانی می کنند، افرادی که داروهای کورتونی مصرف می کنند مثل پردنیزون، بیماران که دیالیز کلیه می کنند و بیماران مبتلا به ایدز.
- مرطوب نگه داشتن زخم با کمک کرم مرطوب کننده باعث می شود که بهبودی آن تسریع شود و از چسبندگی زخم به باند جلوگیری گردد. زخم های بزرگ و خراشیدگی ها را بهتر است مرطوب کنید.
- به سرعت برداشتن چسب یا بانداز موجب برداشتن پوست روی زخم و خونریزی مجدد آن می شود. پس بهتر است چسب یا بانداز را به آرامی بردارید.
- اگر احساس می کنید که بانداز به زخم چسبیده است، ابتدا آن را با آب گرم خیس کنید تا نرم شود.
- برای جلوگیری از کنده شدن موی اطراف زخم، بانداز و یا چسب را در جهت رویش مو به آرامی بردارید.
- دست های خود را قبل و بعد از پانسمان، ضد عفونی کنید.
- هنگامی که آب در نزدیکی شما وجود ندارد، دستمال مرطوب و یا اسپری ضد عفونی کننده را برای تمیز کردن زخم به کار ببرید.
- نباید هرگز از موادی که حاوی الکل است به طور مستقیم روی زخم ها استفاده کنید.
- اگر زخم شما دچار خونریزی شد و پس از تمیز کردن باز هم خونریزی کرد، سعی کنید با اعمال فشار صحیح، جریان خون را متوقف کنید.

- در صورتی که زخم دچار التهاب و خارش است، می توانید با تجویز پزشک از پمادهای مسکن استفاده کنید. این پمادها از بروز عفونت در زخم نیز جلوگیری می کنند.
- سعی کنید مکانی تمیز را برای تعویض پانسمان زخم خود انتخاب کنید. محیط های آلوده برای این کار مناسب نیستند، زیرا آلودگی بر روی زخم اثر کرده و احتمال بروز عفونت زخم را زیاد می کند.
- *** در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمایید؟**
- در فواصل منظم و مشخص شده توسط پزشک جهت ادامه درمان به پزشک مراجعه نمایید.
- درد و قرمزی در محل زخم، ترشح چرکی از زخم، خونریزی از محل زخم، تب و لرز و بی اشتها