

اقدامات اولیه:

- خونریزی را با رعایت نکات ایمنی کنترل نمایید
- مصدوم را از نظر شوک درمان کنید
- شستشو و پانسمان زخمهای عمیق با خونریزیهای شدید، زخمهای کتیف و تهدیدکننده حیات را به عهده اورژانس بگذارید
- زخمهای سطحی را تمیز و ضدعفونی نمایید
- مبادا زخمها را بسایید
- زخم را با پانسمان استریل بپوشانید
- اگر جسم خارجی در زخم وجود دارد، با فشار به لبه های جسم خونریزی را کنترل و با یک باند حلقوی جسم را ثابت کنید



لبه های زخم را در طرفین جسم خارجی تحت فشار قرار دهید

- ذرات خاک را در حین شستشو از روی زخم پاک کنید
- ذرات کوچکی که با شستشو پاک نمی شود را با یک پنبه بردارید
- در مورد زخمهای بزرگ، بسیار کثیف و سوراخ شدگی ها به دنبال مراقبتهای پزشکی باشید
- در کنده شدگی، برش پوستی آویزان یا کنده شده را در جای خود قرار داده و با فشار مستقیم خونریزی را کنترل کنید
- در قطع عضو، پس از کنترل خونریزی، عضو قطع شده را در یک گاز استریل یا پارچه تمیز خشک پیچیده، در یک کیسه پلاستیکی گذاشته و روی یک بستر یخ بگذارید و همراه مصدوم ببرید
- عضو قطع شده را در ظرف یخ فرو نبرید
- عضو قطع شده را نشوید و یا در پارچه خیس نپیچید
- در شستشوی زخم از سرم شستشو یا آب لوله کشی یا مخزن آبی که اندازه و فشار کافی دارد استفاده کنید
- زخمهای سطحی را با آب و صابون بشوید
- از بتادین یا الکل برای شستشوی زخمهای باز استفاده نکنید
- از پراکسید هیدروژن برای شستشوی زخم استفاده نکنید

اقدامات اولیه:

RICE

- مصدوم را از نظر شکستگی بررسی کنید
- اگر نمی توانید جسم سنگینی که روی مصدوم افتاده را جابجا کنید به آن دست نزدیک و منتظر اورژانس باشید
- در له شدگی های شدید مراقب شوک به علت خونریزی داخلی باشید



عفونت زخم

اقدامات اولیه:

- محل زخم را ضدعفونی و پانسمان استریل انجام دهید
- جهت کاهش درد و تورم ، عضو را بالاتر از سطح قلب قرار دهید
- مصدوم را به پزشک ارجاع دهید

علائم عفونت زخم:

- ▶ تورم و قرمزی اطراف زخم
- ▶ احساس گرمی
- ▶ درد
- ▶ ترشح چرک
- ▶ تب
- ▶ تورم غدد لنفاوی
- ▶ یک یا چند خط قرمز که از زخم به طرف قلب می رود

➤ خصوصیات پانسمان

- استریل باشد (اگر پانسمان استریل در دسترس نبود ، از تمیزترین پارچه در دسترس استفاده کنید)
- از زخم بزرگتر باشد
- ضخیم و نرم باشد
- بدون پرز باشد

وسایل مورد نیاز برای پانسمان



- دستکش
- ماسک
- پانسمانهای استریل
- پنبه
- باند در اندازه های مختلف
- پنس
- قیچی
- چسب زخم
- محلول شستشو یا ضدعفونی

اصول کلی در پانسمان

- حتی الامکان قبل از انجام پانسمان دستهای خود را با آب و صابون بشوید و دستکش بپوشید.
- از پوشش مناسبی استفاده کنید که بطور کامل زخم را بپوشاند.
- مراقب باشید که دست شما با قسمتی که روی زخم قرار می گیرد تماس نداشته باشد.
- پانسمان را دقیقا روی زخم قرار دهید و جابجا نکنید. در صورت جابجا شدن آن را تعویض کنید.
- اگر تنها یک پانسمان استریل در اختیار دارید آن را روی زخم قرار داده و با سایر پارچه های در دسترس روی آن را بپوشانید.
- در صورتی پانسمان آغشته به خون شد آن را برندارید بلکه پانسمانهای بعدی را روی آن قرار دهید.
- پس از پایان کار با دستکش پارچه های آلوده و مواد زائد را در یک کیسه پلاستیکی بیندازید. همیشه آخرین کاری که انجام می دهید ، بیرون آوردن دستکشهاست.

چگونه یک زخم را پانسمان کنیم؟

I. دستهای خود را بشوید و دستکش بپوشید

II. زخم را شسته و ضدعفونی نمایید

III. پانسمان استریل را از لفاف خود در آورده و رود زخم طوری قرار دهید که کل زخم را بپوشاند و دیگر آنرا جابجا نکنید

IV. در صورت لزوم پانسمان یا پنبه بیشتر روی پانسمان قرار دهید

V. پانسمان را با چسب یا باند در جای خود ثابت کنید

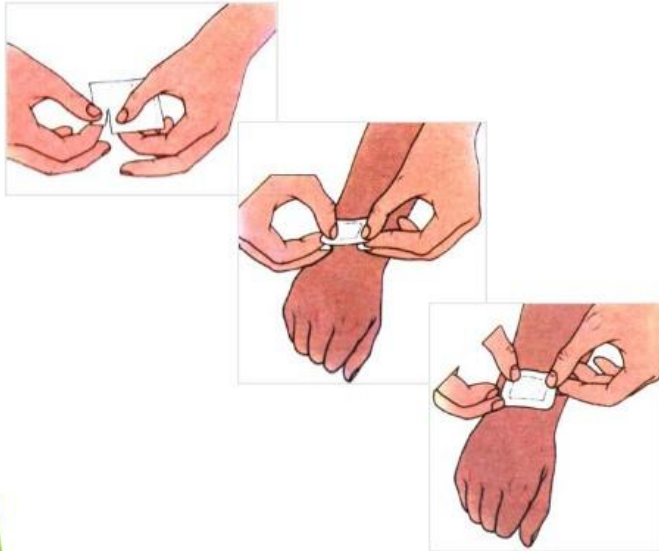
VI. بعد از پانسمان دستکشها ، پارچه های آلوده شده و مواد زاید را در یک کیسه پلاستیکی ببندید همیشه دستکشها را تا پایان کار به دست داشته باشید



نوارات خارجی آزاد را با فشار آب خارج کنید.



اصول استفاده از چسب زخم



I. دستهای خود را بشوید

II. زخم و اطراف آن را تمیز و خشک نمایید

III. چسب را زوری در دست بگیرید که پوشش سلولزی آن به سمت زخم باشد

IV. برجسبهای چسب را از روی پوشش کنار بزنید، اما آنها را نکنید. مراقب باشید دستتان با پوشش سلولزی تماس نگیرد. چسب را روی زخم قرار دهید

V. برجسبها را بکنید و لبه های انتهایی چسب را روی پوست بچسبانید

اهداف بانداژ:

- نگه داشتن پانسمان در جای خود و روی زخم باز
- ایجاد فشار مستقیم روی پانسمان و جلوگیری از خونریزی
- جلوگیری یا کاهش تورم
- ثابت نگه داشتن یک اندام یا مفصل

اصول کلی بانداژ

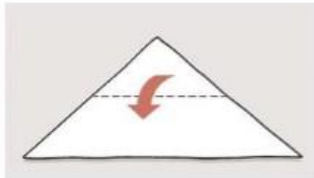
- پارچه بکار رفته باید تمیز باشد اما لازم نیست استریل باشد
- بانداژ باید بطور مناسب بسته شود ، نه خیلی سفت باشد که خونرسانی را مختل کند و نه خیلی شل که بر روی زخم بلغزد.
- تمام لبه های پانسمان باید توسط بانداژ بسته شوند.
- بانداژ نباید حلقوی ، فشارنده و با قطر کم باشد. بخصوص مفاصل نباید تحت فشار باشند.
- حتما پس از پایان کار از مصدوم درباره سفتی یا شل بودن آن سوال کنید و گردش خون مویرگی را بررسی نمایید.
- نوک انگشتان دست یا پا نباید با باند پوشیده شوند مگر اینکه آسیب دیده باشند
- برای بستن زخم نباید از باند کشی استفاده کرد
- ✓ نکته: نشانه های سفت بسته شدن باند:
 - رنگ آبی انگشتان دست یا پا
 - پوست آبی یا رنگ پریده
 - سوزن سوزن شدن یا بی حسی اندام
 - سردی اندام
 - ناتوانی در حرکت دادن انگشتان دست یا پا

انواع باند

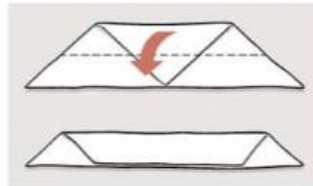
▶ باند نواری یا لوله ای که در جنسها (نخی، کتان، جنسی شبیه گاز و کشی) و عرضهای مختلف در بازار موجود است.
(۵/۲ ، ۵ ، ۵/۷ ، ۱۰ ، ۱۵ سانتیمتر)



▶ باند سه گوش که از یک پارچه مثلث با اضلاع ۹۰ تا ۱۰۰ سانتیمتر از جنس کتان ضخیم تهیه می شود. باند سه گوش به دو شکل قابل استفاده است:



1 Before using a triangular bandage as a dressing - or to secure a dressing - fold it so that the point of the triangle touches the middle of the long edge.



2 Then fold it in half again in the same direction to make a broad strip. You can now use the spiral technique to secure the strip in place.

▶ به شکل باز و تا نشده

▶ به شکل کراوات

