



به نام خالق هستی بخش

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز

«بیمارستان امام خمینی (ره) استهبان»

## مراقبت از بخیه

تهیه کننده: محمدهادی احمدی – کارشناس پرستاری

تاریخ تدوین: زمستان ۱۴۰۰

تاریخ بازنگری: بهار ۱۴۰۲



## سلامت و تندرست باشید

### توجه:

با توجه به جدول زمان باز شدن بخیه، زمان کشیدن بخیه ها حتما باید با هماهنگی پزشک معالج تعیین شود.

### تغذیه:

هر گونه کمبود در تغذیه ترمیم زخم را به تاخیر می اندازد برای تسریع بهبود زخم از تمام مواد غذایی استفاده کنید. می توانید از گوشت تازه - تخم مرغ - لبنیات شیر و ماست، میوه و سبزیجات تازه و مغز گردو استفاده نمائید

**بخیه:** بخیه زدن بهترین روش برای ترمیم پارگی های پوست است در این روش از نخ مخصوص بخیه برای دوختن لبه های یک زخم و نزدیک کردن آنها به هم استفاده می شود.

مددجوی گرامی ۳ هدف اصلی بخیه زدن را بدانیم:  
۱- جلوگیری از خونریزی محل پارگی و پیشگیری از ایجاد عفونت در زخم

۲- بازگرداندن کارکرد بافت های آسیب دیده

۳- دستیابی به نتایج زیبایی محل آسیب دیده با به حداقل رساندن جای ماندن زخم ترمیم شده

### نکات کلیدی مراقبت از بخیه:

محل بخیه شده را تمیز و خشک نگهدارید باید از زخم طوری مراقبت شود که سه روز پس از بخیه با اجازه پزشک محل زخم شسته شود. زخم محل جراحی را نخراشید و یا در آب غوطه ور نکنید مثلاً در وان حمام.

**توجه:** مرطوب نگهداشتن زخم باعث باز شدن بخیه و عفونت موضع می شود محل بخیه ها را روزانه با استفاده از محلول نرمال سالین سرم شستشو ضد عفونی و بعد از خشک کردن مجدد پانسمان نمائید.

قبل از پانسمان مجدد بخیه، اجازه دهید زخم هوا بخورد تا خشک شود و یا با دستمالی تمیز به آرامی آن را خشک کنید.

### توجه:

از مواد ضد عفونی کننده نظیر بتادین و آب اکسیژنه و الکل جهت ضد عفونی کردن بخیه استفاده نکنید زیرا باعث آسیب بافت و تاخیر در بهبودی زخم می شود مددجوی گرامی بهتر است برای اطمینان از درست بودن روش پانسمان از پرستار کمک بخواهید. از دستکاری زخم خودداری نماید.

محل بخیه شده بهتر است جهت کاهش درد و تورم در سطح بالاتر از قلب قرار گیرد.

در هنگام استراحت و خواب عضو بخیه شده را می توان با بالش بالا نگه داشت.

در هنگام درد می توان با دستور پزشک مسکن استفاده شود.

در صورت تجویز آنتی بیوتیک دارو سر ساعت و مرتب میل شود.

توصیه می شود محل بخیه شده را جهت کاهش به جاماندن جای زخم در مقابل افتاب قرار ندهید.

**مددجوی گرامی به هشدارها توجه کنید:**

محل بخیه جراحی در حالت عادی کمی قرمز می شود و ورم می کند. کمی هم سوزش و خارش دارد.

چند روز اول بعد از جراحی، کمی ترشح در محل بخیه دیده می شود که جای نگرانی ندارد. ولی اگر بعد از چند روز، میزان ترشحات کم نشد و یا رنگ آن قرمز روشن به همراه خون بود و یا چرکی شد، حتماً به پزشک خود مراجعه کنید

در صورت درد غیر قابل کنترل و تورم و قرمزی در اطراف بخیه و خروج ترشح چرکی از زخم حتماً پزشک را مطلع نمائید. هر روز محل جراحی شده را بررسی کنید تا چرک یا عفونت نکرده باشد.

تب بالا یک علامت مهم و هشدار دهنده جهت بروز عفونت در محل بخیه میباشد  
ممکن است نیاز به واکسیناسیون کزاز داشته باشید که طبق دستور پزشک حتماً تزریق شود.

### نکته:

زمان کشیده شدن بخیه ها به محل بخیه و واکنش بدن و دستور پزشک بستگی دارد نخ های بخیه جذبی بطور خود بخودی بعد از ۲ تا ۶ ماه در بافت بدن متلاشی و خودبخود از بین میروند. نخ های غیر جذبی نیاز به کشیدن بخیه دارند.

**مددجوی گرامی جدول زیر کمک می کند زمان بازشدن بخیه خود را بدانید**

محل زخم	کشیدن بخیه
صورت	۳ تا ۵ روز
پوست سر	۱۰ تا ۱۴ روز
دست و پا	۷ تا ۲۱ روز
قفسه سینه، پشت، شکم	۷ تا ۱۴ روز
کف دست و پاها	۴ تا ۲۱ روز