



# نشرة التثقيف الصحي

العدد التاسع



نعود بحذر

الجروح من أشهر الإصابات التي يمكن أن يتعرض لها الأشخاص. ويمكن التعامل مع الجروح المفتوحة بواسطة الإسعافات الأولية الصحيحة؛ إذ تسهم التوجيهات الصحية في التقليل من حدوث المضاعفات، مثل: حدوث العدوى، كما تساعد في التئام الجرح سريعاً، وبطريقة صحيحة. لذلك ينصح فريق رواد التمريض التطوعي بتباعد عدة توجيهات :

## علامات عدوى الجروح

١. ألام تتزايد حدتها مع الوقت وتورم واحمرار حول منطقة الجرح.
٢. علامات حمراء في الجلد المحيط بالجرح.
٣. إفرازات كريهة الرائحة من مكان الجرح، لونها أخضر أو أصفر.
٤. تغيرات في حجم ولون الجرح.
٥. حمى وارتفاع في درجة الحرارة.
٦. غثيان وتقيؤ.
٧. قشعريرة.
٨. دفء في المنطقة المحيطة بالجرح.



## لمنع العدوى اتبع هذه الخطوات

١. اغسل الجرح على الفور بالماء والصابون.
٢. ضع كمية صغيرة من مرهم مضاد حيوي. يمكنك شراء هذا دون وصفة طبية.
٣. تغطية الجروح مع ضمادة أو الشاش وتغييره يومياً.
٤. الحفاظ على الجرح نظيفاً وجافاً لمدة ٢٤ ساعة لليوم الأول. تغيير الشاش يومياً باستخدام قفازات معقمة.

## المبادئ التوجيهية في العناية بالجروح والجروح الطفيفة:

- ١- اغسل يديك: هذا يساعد على تجنب العدوى .
- ٢- وقف النزيف : عادة ما تتوقف الجروح البسيطة والخدوش عن النزيف بمفردها. إذا لزم الأمر ، اضغط ضغطاً لطيفاً بقطعة قماش أو قطعة قماش نظيفة وقم برفع الجرح حتى يتوقف النزيف.
- ٣- تنظيف الجرح : شطف الجرح بالماء. إبقاء الجرح تحت ماء الصنبور الجاري سوف يقلل من خطر العدوى. اغسل حول الجرح بالمطهر الطبي ، إزالة أي الأوساخ أو الحطام بالكحول. راجع الطبيب إذا كنت لا تستطيع إزالة جميع الحطام.
- ٤- تطبيق المضادات الحيوية : ضع طبقة رقيقة من مرهم مضاد حيوي للحفاظ على رطوبة السطح وتساعد على منع الندبات. بعض المكونات في بعض المراهم يمكن أن تسبب طفح خفيف في بعض الناس. إذا ظهر طفح جلدي ، فتوقف عن استخدام المرهم.
- ٥- تغطية الجرح : وضع ضمادة ، الشاش فوق الجرح مع وضع ضغط خفيف على الجرح لوقف النزيف. إن تغطية الجرح يجعله نظيفاً. إذا كانت الإصابة مجرد خدش صغير أو خدش ، اتركه مكشوقاً.
- ٦- تغيير الضمادة : قم بذلك مرة واحدة على الأقل يومياً أو عندما تصبح الضمادة رطبة أو متسخة.



عمل أعضاء فريق رواد التمريض التطوعي بسام القرني - إبراهيم العطوي  
أشرف : د. عيبر العطوي - يسعدنا متابعتكم على حسابات الفريق

Nursing Pioneers

nursespioneer1

HOSPITAL