

کمک‌های اولیه در سوختگی



بی بی سخیده اونق

مربی مرکز آموزش بهورزی
دانشگاه علوم پزشکی گلستان



فرح قلیچی

مربی مرکز آموزش بهورزی
دانشگاه علوم پزشکی گلستان

مقدمه

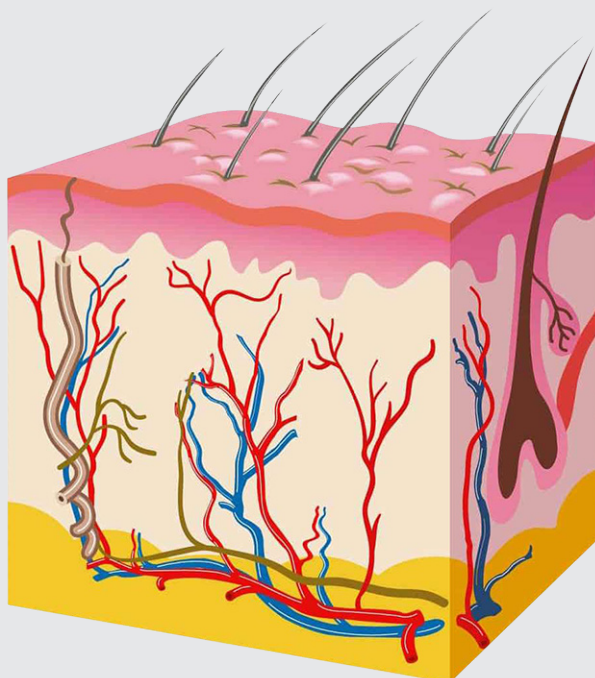
سوختگی یکی از حوادث مهم و زیانبار جانی و مالی است که سالیانه هزاران کشته و مجروح به جا می‌گذارد. سوختگی در ایران بسیار شایع است به طوری که مردم کشور ما ۸ برابر متوسط جهانی دچار سوختگی می‌شوند. علاوه بر این سوختگی‌ها هزینه‌های درمانی سنگینی را به خانواده‌ها تحمیل می‌کند که با وجود تلاش‌های فراوان ممکن است علاوه بر تغییرات ظاهری، نقایصی را برای همیشه به همراه داشته باشد. سوختگی‌ها دامنه

اهداف آموزشی

از خوانندگان محترم انتظار می‌رود پس از مطالعه مقاله بتوانند:

- علایم و نشانه‌های سوختگی را توضیح دهند.
- درجات سوختگی را بیان کنند.
- عوارض سوختگی را شرح دهند.
- نحوه ارزیابی شدت سوختگی را توضیح دهند.
- شدت (درصد) سوختگی را اندازه‌گیری کنند.
- کمک‌های اولیه در سوختگی‌ها را شرح دهند.
- پیگیری و مراقبت‌های بعدی را بیان کنند.

۱. **سوختگی‌های درجه اول یا سطحی:** در این نوع سوختگی، تنها لایه بیرونی پوست آسیب می‌بیند. در این حالت پوست گرم، قرمز، دردناک و در هنگام لمس



وسیع‌تری دارند که از یک آسیب پوستی و تاول گرفته تا از دست رفتن حجم زیادی از آب بدن و بروز شوک، متغیر هستند. خوشبختانه با اقدام سریع و بموقع می‌توان به طور چشمگیری از پیشرفت ضایعات سوختگی و عوارض آن جلوگیری کرد. به همین منظور شناخت انواع سوختگی، یادگیری اقدام‌های اولیه و مراقبت‌های پس از آن اهمیت زیادی دارد.

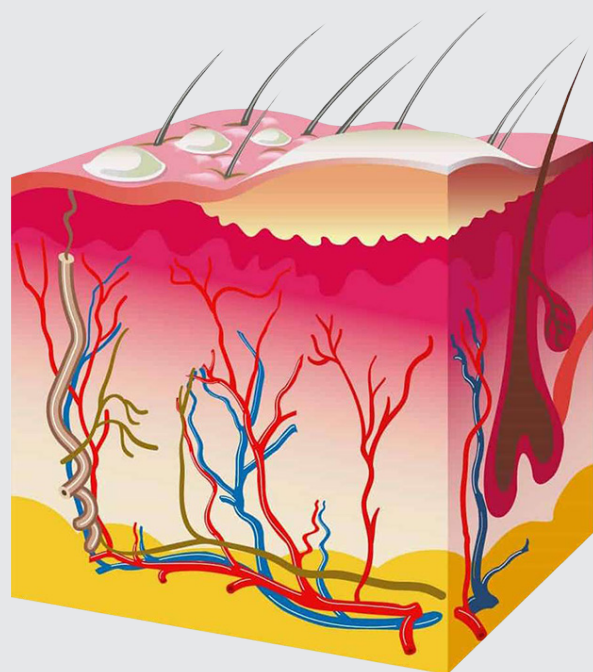
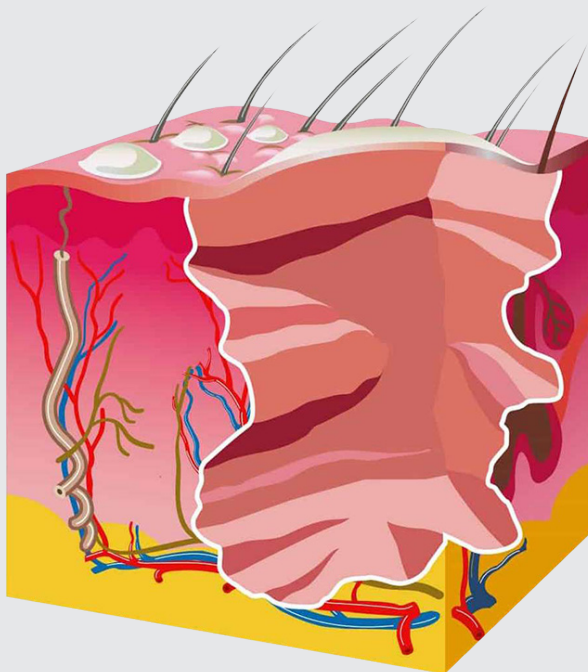
علائم و نشانه‌ها

تماس با هر منبع حرارتی (شیمیایی، الکتریکی یا تابشی) باعث ایجاد سوختگی می‌شود. سوختگی می‌تواند بر اساس شدت و مدت تماس با منبع حرارتی، باعث ایجاد آسیب‌های مختلف به اندام شود، اما به طور کلی آسیب‌های ناشی از سوختگی به سه نوع درجه بندی می‌شوند.

درجه سوختگی

سوختگی‌ها را برحسب عمق آسیب وارده به پوست به سه درجه تقسیم می‌کنند:

ویژگی‌های انواع سوختگی			
درجه ۳	درجه ۲	درجه ۱	
اپیدرم + تمام درم + هیپودرم	اپی درم + قسمتی از درم	اپی درم	عمق سوختگی
* تماس با مایعات بسیار داغ فلزات داغ * سوختگی با مواد سوختنی مانند بنزین، نفت و مواد شیمیایی * سوختگی با برق	مایعات داغ، بخار آب	تابش شدید و طولانی خورشید حرارت‌های خشک	نوع سوختگی
سفید شفاف، زرد مایل به قهوه‌ای یا سیاه و درچه‌ها قرمز بسیار تیره	صورتی مایل به قرمز	قرمز و با فشار سفید می‌شود	رنگ
سخت (اسکار)	نرم	نرم	سطح پوست
خشک	مرطوب	معمولی	رطوبت
ندارد	وجود دارد	وجود ندارد یا تاول ریز	تاول
بدون درد	بسیار دردناک حتی حساس به جریان هوا	دردناک	حساسیت به لمس



- عفونت
- عوارض گوارشی
- عوارضی که پس از بهبودی ممکن است ایجاد شوند مانند اسکار، محدودیت در حرکت، درد و ...

ارزیابی شدت سوختگی

شدت سوختگی با توجه به درجه سوختگی، وسعت سوختگی، محل سوختگی، همراهی سوختگی با آسیب‌ها یا بیماری‌های دیگر و سن مصدوم تعیین می‌شود.

عامل سوختگی

سوختگی‌های حرارتی شایع‌ترین نوع سوختگی هستند. سوختگی‌های حرارتی خشک، عمیق‌تر و سوختگی حرارتی مرطوب، بزرگ‌تر و وسیع‌تر است. سوختگی شیمیایی مثل عوامل اکسیدان و مسمومیت‌ها است.

وسعت سوختگی (درصد سوختگی)

برای تخمین وسعت سوختگی روش‌های مختلفی وجود دارد:

۱. قانون ۹: در این روش سطح بدن یک فرد بالغ به قرار زیر به ناحیه‌هایی تقسیم می‌شود که هر کدام ۱ یا ۱۰

حساس است و محل آسیب دیده با فشار ملایم انگشت رنگ پریده می‌شود. سوختگی‌های درجه اول ابتدا بسیار دردناک هستند ولی معمولاً در عرض چند روز بدون به جا گذاشتن اثری از خود بهبود می‌یابند.

۲. سوختگی درجه دو یا متوسط: در این نوع، تمام پوست بیرونی به علاوه قسمتی از پوست میانی دچار آسیب می‌شود. در ناحیه سوختگی، پوست نمای صورتی یا لکه‌دار پیدا می‌کند که با تاول، تورم، درد شدید و ترشح همراه است. مدت بهبودی در این سوختگی طولانی‌تر است.

۳. سوختگی درجه سه یا عمیق: در این نوع سوختگی، پوست کاملاً تخریب شده و حتی ممکن است به بافت‌های زیرین پوست یعنی چربی، عضلات و حتی استخوان نیز آسیب وارد می‌شود. رنگ پوست پس از سوختگی بسیار متفاوت بوده و ممکن است سفید، زرد مایل به قهوه‌ای، سیاه یا کاملاً شفاف باشد. در این نوع سوختگی به علت از بین رفتن انتهای اعصاب حسی درد وجود ندارد.

عوارض سوختگی‌ها

- ازدست رفتن مایعات بدن
- ازدست رفتن حرارت و انرژی بدن



درصد از سطح کلی پوست را به خود اختصاص می‌دهند: (سر و گردن ۹٪) (سینه و شکم ۱۸٪) (قسمت پشت تنه ۱۸٪) (هر پا ۱۸٪) (هر دست ۹٪) (دستگاه تناسلی ۱٪) این تقسیم بندی در مورد کودکان نیز صادق است با این تفاوت که سر و گردن ۱۸٪ و هر پا ۱۴٪ محاسبه می‌شود. ۲. **روش کف دست:** کف دست هر فرد، بدون در نظر گرفتن انگشتان دست معادل یک درصد سطح بدن اوست. این روش خصوصاً در مواردی مانند سوختگی‌های پراکنده در نواحی مختلف بدن که وسعت سوختگی با قانون ۹ قابل محاسبه نیست، سودمند است.

محل سوختگی

محل سوختگی در تعیین میزان وخامت آن بسیار مهم است. زیرا هرگاه سوختگی در محلی باشد که اندام‌های حیاتی بدن به خطر بیفتد فرد در معرض مشکلات تهدید کننده حیات قرار می‌گیرد. به طور مثال، سوختگی‌های سر و گردن خطرناک‌تر از سوختگی‌هایی با همان درجه و وسعت در نواحی دیگر بدن هستند، چون تورم ناشی از آن‌ها می‌تواند باعث تنگی یا انسداد کامل مجاری هوایی و مشکلات تنفسی برای مصدوم شود.

بیماری‌های همراه

سوختگی می‌تواند باعث تشدید برخی از بیماری‌ها

از جمله مرض قند، بیماری‌های قلبی ریوی و ... شود. بنابراین توجه به بیماری‌های زمینه‌ای نیز در ارزیابی مصدوم اهمیت دارد.

سن مصدوم

ازجمله عوامل مهم در تعیین اهمیت سوختگی بوده به طوری که در سنین پایین تر از ۵ سال و بالای ۵۵ سال احتمال وقوع شوک و از دست رفتن سریع مایعات بدن به دنبال سوختگی وجود دارد.

کمک‌های اولیه در سوختگی‌ها

- خونسرد باشید و با اورژانس تماس بگیرید.
- از ایمنی صحنه مطمئن شوید. اگر صحنه امن نیست و احتمال آسیب به خودتان وجود دارد، ورود نکنید. اگر سوختگی الکتریکی است، ابتدا منبع برق را قطع کنید.
- لباس و موهای مصدوم را در صورت آتش سوزی خاموش کنید.
- مصدوم را روی زمین بخوابانید.
- محل سوختگی را با آب، خنک کنید.
- وضعیت عمومی مصدوم را بررسی کنید.
- اگر لباس فرد مصدوم داغ است یا حاوی مواد شیمیایی است، لباس‌های مصدوم را خارج کنید ولی



- در سوختگی‌های درجه یک و دو، ناحیه سوخته را به مدت ده دقیقه در آب سرد فرو ببرید یا زیر جریان ملایم آب سرد شست‌وشو دهید. در صورت ادامه درد، زمان شست‌وشو با آب ولرم را طولانی‌تر کنید و این کار را تا زمانی که درد تسکین یابد ادامه دهید. اگر آب سرد در دسترس نداشتید می‌توانید از مایعات دیگر نظیر شیر سرد استفاده کنید. همچنین پانسمان با پماد نیتروفلورازون صورت گیرد. باید دقت کرد که بعد از خشک کردن ملایم زخم، پماد را با چوب زبان استریل یا دستکش استریل روی زخم مالید و سپس لایه گاز استریل بر روی آن قرار داد. در نهایت اگر نسبت به وخامت سوختگی تردید دارید، مصدوم را به مراکز درمانی بفرستید.

لباس‌های چسبیده به پوست را جدا نکنید بلکه آن‌ها را از اطراف محل چسبیده قیچی کنید.

- شست‌وشوی زخم‌های ناحیه سوختگی را باید با محلول استریل نرمال سالین و به آرامی انجام داد. در این مورد پوست‌های شل و کنده شده باید برداشته شوند. تاول‌های کوچک و سالم را به حال خود باید باقی گذاشت ولی تاول‌های پاره شده و حاوی ماده خونی و یا کدر باید برداشته شوند. تاول‌های بسیار بزرگ را باید با آسپیراسیون، تخلیه کرده و پوست آن را به عنوان پوشش حفظ کرد.

در صورت سوختگی چشم با مواد شیمیایی آب را از گوشه داخلی چشم ریخته تا از گوشه خارجی آن خارج شود، به طوری که پسماند آن به چشم دیگر سرایت نکند.

جدول کمک‌های اولیه در سوختگی‌های تابشی و شیمیایی

نوع سوختگی	علائم	اقدامات اولیه
آفتاب سوختگی خفیف	قرمزی، درد، سوزش خفیف	نیاز به اقدام خاصی ندارد. استفاده از کرم‌های ضد آفتاب برای جلوگیری از تابش بیشتر
آفتاب سوختگی متوسط	قرمزی و گرمی وسیع پوست همراه تاول	* بالاتر قرار دادن عضو سوخته از سطح بدن برای کمتر شدن پرخونی منطقه سوخته * استفاده از کمپرس آب سرد * استفاده از نرم کننده برای جلوگیری از سوختگی، خشکی و ناراحتی بیشتر پوست
آفتاب سوختگی شدید	* التهاب و تورم شدید منطقه سوخته * درد شدید هنگام لمس منطقه * براق و نازک شدن پوست	ارجاع فوری
سوختگی شیمیایی	مواد شیمیایی مختلف مثل اسیدها، بازها، حلال‌ها و سفید کننده‌ها و مواد رنگ بر قوی سبب سوختگی و صدمه به پوست و سایر مخاط و بافت‌های بدن می‌شوند و علائم متفاوتی ایجاد می‌کنند.	* حذف عامل سوزاننده از روی پوست با جریان آب فراوان به مدت حداقل ۱۰ تا ۱۵ دقیقه * برداشتن لباس‌های غیر چسبنده * ارجاع به مرکز درمانی



- مصرف چربی‌های سالم مانند ماهی، دانه کتان و کنجد
- مواد غذایی حاوی ویتامین C و E مانند هویج، اسفناج، جعفری و ...

نتیجه گیری و پیشنهادها

به طور کلی می‌توان گفت شایع‌ترین علت سوختگی در اطفال زیر ۳ سال آب جوش در اطفال ۳ تا ۱۴ ساله آتش گرفتن لباس است. در مردان در سنین ۱۵ تا ۶۰ سالگی بیشترین عامل سوختگی حوادث صنعتی است. در زنان بیشتر سوختگی با آب جوش، انفجار گاز، چراغ نفتی، روغن و به طور کلی حوادث منزل و آشپزخانه است. بنابراین آموزش پیشگیری از حوادث در منزل و محل کار همچنین اقدامات اولیه در هنگام وقوع سوختگی خیلی مهم است که بایستی با دقت کامل توسط بهورز انجام شود.

- در سوختگی‌های درجه ۳، نباید ناحیه را با آب سرد شست‌وشو داد. به خاطر دارید که این سوختگی‌ها درد ندارند و احتمال عفونت در این نوع سوختگی نسبت به سایر سوختگی‌ها بیشتر است.
- موضع را با پوشش استریل و سبک بپوشانید.
- اگر علائم شوک وجود دارد اقدام‌های لازم برای درمان شوک را انجام دهید.
- مراقب اختلال تنفس مصدوم باشید.
- مصدوم را به مراکز درمانی برسانید.

نکات قابل توجه:

- از قراردادن یخ به طور مستقیم روی زخم خودداری کنید.
- از روش‌های ابداعی و سنتی مانند زدن خمیر دندان، انواع کرم‌ها، سیب زمینی و ... خودداری کنید.
- تحت هیچ عنوانی تاول‌ها را پاره نکنید.

پیگیری و مراقبت‌های بعدی

در هر نوع سوختگی احتمال بروز عفونت به دلیل آسیب به پوست و ورود باکتری از این راه وجود دارد. عفونت جریان خون نیز از عوارض بیشتر موارد سوختگی‌های شدید است که به شوک یا حتی مرگ می‌انجامد. به همین منظور مراقبت از زخم ناشی از سوختگی و تعویض منظم و صحیح پانسمان آن ضروری است. یکی دیگر از مواردی که پس از سوختگی‌ها مورد توجه است، رژیم غذایی است که به تأمین آب و مواد کافی برای جلوگیری از ایجاد شوک و سرعت بخشیدن به بهبود زخم‌ها کمک می‌کند. به همین منظور رعایت نکات تغذیه‌ای زیر توصیه می‌شود:

- ۶ تا ۸ لیوان آب در روز برای حفظ تعادل مایعات

منابع

- مجموعه آموزش بهورزی: کمک‌های اولیه ویژه بهورز بهار ۱۴۰۰
- مبانی کمک‌های اولیه - دکتر امیر سالاری مدرس اورژانس و مراقبت‌های ویژه
- با سوختگی‌ها چه می‌کنید؟ فصلنامه بهورز ۷۸ - بهار ۱۳۸۸
- پرستاری داخلی - جراحی برونر، سودارث، ۲۰۱۵
- راهنمای خود مراقبتی برای سفیران سلامت خانواده، درمان‌های اولیه، تهیه و تنظیم: شهرام رفیعی فروهمکاران، ۱۳۹۹