

مرکز آموزشی درمانی امام موسی کاظم (ع)

خودمراقبتی سوختگی در بیماران مبتلا به سرطان



این راهنما اطلاعات مختصری در اختیار شما می‌گذارد، لذا

پیگیری جهت درمان، مراقبت و آموزش ضروری است.

جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفنهای بیمارستان تماس

حاصل نمایید. (صبح ها داخلی ۳۰۶ و سایر اوقات داخلی ۱۱۴)

۰۳۱-۳۳۴۵۷۶۷۰-۳

تلفن گویا نوبت گیری از درمانگاه های تخصصی:

۰۳۱-۳۳۰۳۳۹۷۰

تلفن www.savaneh.mui.ac.ir

کد: C&B
واحد آموزش سلامت
۱۴۰۰

۲۴) داروهای شیمی درمانی خود را در منزل حتما در یخچال نگهداری کنید.

۲۵) آزمایشات خود را به طور مرتب انجام دهید و پاسخ آن را نگهداری نمایید.

توصیه های خودمراقبتی برای بیماران تحت رادیوتراپی

۱- خطوطی که مشخص کننده درمان هستند نباید پاک شود و بدین منظور باید از حمام کردن، پاک کردن یا آب زدن آن نواحی خودداری شود. در رابطه با حمام کردن با مسئول رادیوتراپی مشورت کنید.

۲- ریزش مو در محل درمان معمولا در حدود هفته سوم ظاهر می شود که گاهی موقتی بوده و دو تا سه ماه بعد دوباره موها رشد خواهد نمود و بعضی از مواقع ریزش مو دائمی می باشد.

۳- محل رادیوتراپی شده را در معرض نور آفتاب به مدت طولانی و یا سرما و گرمای زیاد قرار ندهید و آن محل را از ضربات احتمالی محفوظ دارید.

۴- رژیم غذایی شما رژیم غذایی کم چربی/ مقوی و ویتامین دار باشد. اگر اشتها به غذا کاهش یافت توصیه می شود از رژیم غذایی متنوع استفاده نمائید.

۵- در طول درمان با رادیوتراپی حتما از روشهای پیشگیری از بارداری (هم زن و هم مرد) استفاده نمایید.

۶- اگر در مواقع ادرار دچار سوزش یا تکرر ادرار یا مبتلا به اسهال شدید، پزشک معالج را مطلع نمائید.

استفاده نموده، می توانید از کلاه یا روسری استفاده کنید. ۱۶) در صورت خونریزی از لثه، وجود مدفوع سیاه رنگ، خون در ادرار، خلط خونی به پزشک مراجعه نمایید و در طول شیمی درمانی سعی کنید به بدن شما ضربه و آسیبی وارد نشود.

۱۷) از مسواک نرم برای شستشوی دندانها استفاده کنید، خمیر دندان حاوی فلوراید جهت جلوگیری از پوسیدگی دندانها بهتر است.

۱۸) جهت رفع خشکی دهان و تحریک ترشح بزاق در دهان می توانید از آب نبات، دوغ، ماست شیرین، آدامس استفاده کنید ولبها را به طور دائم چرب کنید.

۱۹) در نزدیکی افراد بیمار، عفونی و افراد واکسینه شده رفت و آمد نکنید و در صورت استعمال دخانیات، آن را ترک کنید و در کنار فردی که در حال سیگار کشیدن است قرار نگیرید.

۲۰) تقریبا به مدت ۲ ساعت بعد از شیمی درمانی به صورت خوابیده و نیمه نشسته استراحت کنید و سپس از جای خود بلند شوید.

۲۱) در طول شیمی درمانی از روشهای پیشگیری از بارداری (هم زن و هم مرد) استفاده نمایید و در صورت نیاز با پزشک معالج مشورت نمایید.

۲۲) داروها را به طور مرتب و به موقع مصرف نمایید.

۲۳) در صورت استفاده از داروهای خوراکی شیمی درمانی آنها را به همراه شیر و یا شربت آنتی اسید تجویز شده توسط پزشک مصرف کنید.

سوختگی چیست؟

پوست بدن شامل سه لایه رو پوست، میان پوست و زیر پوست می باشد که به عنوان یکی از سدهای دفاعی، بدن را در برابر آسیب های میکروبی، شیمیایی و مکانیکی حفظ می نماید.

سوختگی نوعی جراحت پوست یا غشاهای مخاطی (مثل داخل دهان) است که در اثر گرمای بیش از حد، سرمای بیش از حد، مواد شیمیایی، تابش اشعه و جریان الکتریکی ایجاد می شود در نتیجه عوامل بیماری زا به راحتی می توانند وارد بدن شوند، از سوی دیگر بدن آب خود را از دست خواهد داد.

در سوختگی بیماران مبتلا به سرطان بسته به گستردگی و عمق سوختگی، نتایج متفاوتی برای بیمار ایجاد می شود. هرچه درصد و عمق سوختگی بالاتر باشد امکان پیامدهای ناگوار مانند عفونت، خونریزی، دوره درمان طولانی، و . . . بیشتر خواهد بود.

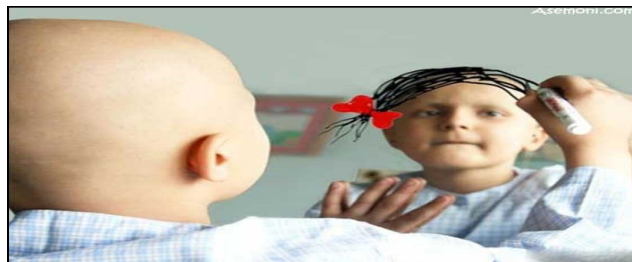
درمان سوختگی

درمان سوختگی طبق دستور پزشک معالج شامل تجویز آنتی بیوتیک و مایعات از طریق رگ خونی، کنترل درد، برداشتن بخش های آسیب دیده و مرده از طریق جراحی، پانسمان زخم با فوم و وصل نمودن آن به دستگاه مکش ترشحات (وکیوم)، استفاده از جایگزینهای پوست مانند پانسمانهای نوین و پیوند پوستی یا گرافت است.

توصیه های خودمراقبتی برای بیماران تحت شیمی درمانی

(۱) برای پیشگیری از حالت تهوع و استفراغ لازم است دو ساعت قبل از و بعد از شیمی درمانی غذایی مصرف نشود و اولین مواد غذایی بعد از شیمی درمانی مایعات از قبیل آب کمپوت، شیر، چای خنک و عسل باشد.

(۲) برای کاهش حالت تهوع، دریافت غذای کافی و مقوی، استراحت مناسب و کافی، ورزش و فعالیت بدنی، سرگرمی ها مانند مطالعه، دیدن تلویزیون، رفت و آمد با دوستان و آشنایان و لازم است.



(۳) در صورتیکه تهوع بهتر نشد ۲-۳ ساعت قبل از شیمی درمانی یک وعده غذای کامل صرف کرده و بقیه شبانه روز را غذای ملایم و سبک میل نمایید.

(۴) دفعات صرف غذا در شبانه روز سه نوبت یا بیشتر و با حجم کم باشد و در بین وعده های غذا می توان از میوه ها استفاده نمود.

(۵) در صورت عدم تحمل گوشت قرمز می توانید از ماهی، شیر با عسل و شیر با زرده تخم مرغ در صبحانه بطور روز درمیان استفاده کنید.

(۶) از غذاهای داغ، ترش، پرادویه و چرب کمتر استفاده شود.

(۷) غذا را آهسته سرو کرده و کاملاً آن را بجوید.

(۸) برای پیشگیری از بی اشتهايي از مناظر ناخوشایند و بوهای نامطبوع دوری کنید و سعی کنید را در محیطی آرام سرو کنید.

(۹) قبل از مصرف غذا سعی کنید دهان خود را با آب نمک بسیار رقیق شستشو دهید تا غذا برای شما لذت بخش گردد.

(۱۰) در صورت بروز ضایعات و زخم های دهان هر ۲-۴ ساعت دهان را با محلول آب نمک بسیار رقیق شستشو دهید و در صورت تشدید زخم ها و خونریزی به پزشک معالج خود رجوع کنید.

(۱۱) در صورت زخمهای دهانی از غذاهای نرم و مایعات صاف شده استفاده شود و می توانید از نی استفاده نمایید. طبخ سوپ با انواع سبزیجات باشد.

(۱۲) بعد از اتمام هر جلسه شیمی درمانی مایعات فراوان میل کنید تا با دفع ادراری زیاد عوارض داروها کاهش یابد. انواع آب میوه، دوغ و ... مناسب می باشد.

(۱۳) مثانه را به موقع و زود تخلیه کنید و از نگه داشتن ادرار به مدت طولانی پرهیز نمائید.

(۱۴) بعضی از داروهای شیمی درمانی باعث ریزش موهای سر و بدن می شوند قابل ذکر است که چند هفته بعد از اتمام درمان مجدداً موها رشد می کند.

(۱۵) قبل از درمان موها را کوتاه و از برس های نرم