

تعریف

پیوند پوست و بافت نوعی جراحی جهت پوشانیدن زخم می باشد.

در جراحی گرافت لایه ای از پوست ناحیه سالم بدن برداشته شده و به ناحیه آسیب دیده پیوند می گردد. در جراحی فلپ پوست، ماهیچه، بافت چربی یا استخوان برای پوشاندن زخم استفاده می شود و بسته به نوع فلپ قطعه به محل اولیه چسبیده است یا از آن جدا است.

مراقبت ها و پرهیزها

* موارد ذیل را قبل از ترخیص از پزشک معالج خود پرسید:

- ۱- زمان، مکان و چگونگی (پانسمان باز یا بسته) مراجعه بعدی
- ۲- زمان شستشوی محل جراحی * زمان کشیدن بخیه ها
- ۳- زمان به حرکت در آوردن ناحیه جراحی شده
- ۴- زمان برگشتن به سر کار
- ۵- مقدار مصرف دارو، زمان و نحوه مصرف، عوارض جانبی، سازگاری داروها با هم و سازگاری داروها با غذا
- ۶- در صورت داشتن لوله تخلیه، زمان بیرون آوردن آن
- ۷- در صورت داشتن بیماری زمینه ای، تغذیه مناسب و چگونگی ادامه مصرف داروهای قبلی

* جهت پیشگیری از رد پیوند، اولین تعویض پانسمان محل پیوند فقط در این مرکز درمانی، طبق دستور پزشک استریل انجام گردد. رنگ، گرما و گردش خون محل پیوند باید به طور مرتب توسط پزشک بررسی گردد، به همین منظور در روزهای مقرر شده توسط پزشک، برای تعویض پانسمان مراجعه نمایید. * پانسمان ها باید خشک، تمیز و بسته باشند، در صورت مرطوب، آلوده شدن یا ترشح زیاد از پانسمان جهت تعویض زود تر از موقع آن مراجعه نمایید. بدون اجازه پزشک از طولانی

شدن مدت پانسمان جلوگیری کنید و هیچ زخمی را باز نگذارید.

* مدت زمان بهبودی به اندازه ناحیه جراحی، وسعت و شدت ناحیه آسیب دیده و مراقبت صحیح در منزل بستگی دارد.

* در صورت ابتلا به بیماری های سیستمیک مانند دیابت قند خون خود را کنترل نمایید و مصرف دخانیات را قطع نموده یا کاهش دهید. حتی در وعرض دود آن قرار نگیرید زیرا باعث تاخیر در روند بهبودی می شود.

* ناحیه جراحی طبق نظر پزشک (معمولا تا یک هفته) بی حرکت نگه داشته و همواره بالاتر از سطح قلب نگه داشته شود.

* از ضربه، فشار، خاراندن، دستکاری، کشش و آویزان ماندن هر دو ناحیه دهنده و گیرنده پیوند اجتناب گردد.

* ناحیه گیرنده و دهنده پیوند حداقل تا ۶ ماه از نور مستقیم خورشید محافظت گردد.

* لباسهای آزاد، نرم و سفید رنگ به تن نمایید.

* در معرض هوای بسیار گرم یا بسیار سرد قرار نگیرید، از عطر، ادکلن و مواد آرایشی در نواحی استفاده ننمایید.

* از تردد در محل های شلوغ و پر گرد و غبار خودداری نمایید.

* ناحیه جراحی تا زمان اجازه پزشک معالج شستشو داده نشود، آویزان نگردد و در معرض ضربه و کشش قرار نگیرد.

* محل دهنده پوست مانند سوختگی با ضخامت نسبی است عمدتاً تنها با یک لایه گاز وازلین پوشانیده شده، زمانی که خشک و در معرض هوا باشد بهبود می یابد و گازها خود به خود جدا می شود. برای کمک به بهبودی آن روزانه چندین مرتبه ششوار گرفته شود به طوری که فقط هوا بخورد، نه سرد و نه گرم شود. بس از گذشت چند روز ممکن است دلمه سیاه رنگ ببندد که نباید دستکاری گردد تا زمانی که گازها از روی پوست به طور خود خود جدا شده و بیفتد. سپس پوست صورتی رنگ تشکیل شده، باید مرطوب گردد. تا زمان جدا

شدن خود به خود گازهای توری سفید رنگ (گاز وازلین) شستشو داده **نشود**، دائماً در معرض هوا باشد.

* در صورتیکه پزشک اجازه داده باشد زخم ها و محل گرافت را به آرامی با آب و صابون بچه بشویید. سپس با ملحفه که از قبل اتو کشیده شده است، خشک کرده و پماد تجویز شده توسط پزشک را استعمال نمایید.

به طور کلی توصیه می شود که بهداشت فردی را رعایت

نمائید و شستشوی کلی دست ها و قسمت های سالم بدن ،

به خصوص کشاله ران و زیر بغل ، کوتاه کردن ناخن ها و موهای اطراف زخم ها و مسواک کردن انجام شود.

* بخیه ها یا منگنه ها با نظر پزشک باید کشیده شود. در زمان های تعیین شده که شما جهت تعویض پانسمان مراجعه می نمایید زمان کشیدن منگنه ها و بخیه ها توسط پزشک مشخص می گردد.

* هرگز از کرم، پماد، داروی گیاهی موضعی و خوراکی به طور سرخود استفاده ننمایید.

* داروهای تجویز شده توسط پزشک را به طور کامل مصرف نمایید.

* در صورت وقوع هر یک از علائم و نشانه های زیر به درمانگاه بیمارستان یا به نزدیکترین درمانگاه دسترس مراجعه نمایید:

* درد افزایش یافته و غیرقابل تحمل در زخم * ترشح چرکی سبز، زرد یا سفید رنگ از زخم * احساس گرمای زیاد در زخم * خونریزی از زخم که قبلاً سابقه نداشته باشد (خونریزی مختصر هنگام تعویض پانسمان از زخم طبیعی می باشد). * ورم افزایش یافته در قسمت آسیب دیده * قرمزی پوست سالم اطراف زخم * دمای بیش از ۳۸/۳ که با بدن شویه، نوشیدن مایعات خنک و استفاده از داروی تجویزی توسط



مرکز آموزشی درمانی امام موسی کاظم (ع)

خود مراقبتی در پیوند پوست (گرافت)



راهنمای حاضر اطلاعات اولیه راجع به مراقبت در منزل

را در اختیار شما می گذارد، لذا پیکیری جهت

آموزش، مراقبت و درمان ضروری می باشد.

در صورت داشتن سوال با شماره تلفن بیمارستان

۳-۳۳۴۵۷۶۷۰ داخلی ۳۰۶ در صبح ها یا ۱۱۴

تماس حاصل نمایید.

شماره تلفن نوبت گیری از درمانگاه های تخصصی:

۰۳۱-۳۳۰۳۳۹۷۰

کد: G&F

واحد آموزش سلامت

بازنگری: ۱۴۰۱

برای جلوگیری از خشک شدن مفاصل بدن و حفظ قدرت عضلانی ورزشهای زیر را انجام دهید:

۱) در حالت خوابیده به پشت دراز بکشید و پاهایتان را دراز کنید با منقبض (سفت) کردن ماهیچه جلوی ران زانوی خود را به طرف تشک فشار دهید و ۵ تا ۱۰ ثانیه در این حالت نگه دارید سپس کمی استراحت کنید. این ورزش را هنگام بیداری هر ساعت ۱۰ بار انجام دهید.

۲) عضلات باسن و شکم خود را منقبض کرده و ۵ تا ۱۰ ثانیه در این حالت نگه دارید. سپس استراحت کنید این ورزش را هنگام بیداری هر ساعت ۱۰ بار انجام دهید

* به منظور پیشگیری از آمبولی در اولین فرصت و با اجازه پزشک راه بروید، ورزشهای تنفسی و سرفه را به طور مداوم و مطابق ذیل انجام دهید: ۱) به حالت نیمه نشسته قرار گیرید. ۲) تا زمانی که شکم برآمده شود، عمیق و آرام از بینی نفس بکشید. ۳) هنگام بازدم شکم را به داخل و به سمت بالا فشار دهیدو نفس خود را از دهان با لبهای جمع شده خارج نمایید. این عمل را چندین مرتبه تکرار کنید ، سپس استراحت نمایید. * جهت پیشگیری از مشکلات حرکتی و ایجاد گوشت اضافه یا اسکار، یک هفته پس از جراحی به فیزیوتراپی مراجعه نمایید.

برنامه پزشکان متخصص در درمانگاه ها

دکتر یادگاری - دکتر قانعی	شنبه
دکتر بدالهی	یکشنبه
دکتر عابدینی	دوشنبه
دکتر عابدینی - دکتر یادگاری	سه شنبه
دکتر مستاجران - دکتر حقوقی	چهارشنبه
دکتر عابدینی	پنج شنبه

پزشک کاهش نیابد* قطع نفس به طور ناگهانی * سرگیجه یا سردرد مقاوم * کاهش شدید اشتها و کاهش وزن * ادرار قرمز رنگ * مشکل حرکتی با اشکال در حس تعادل * ورم شکم * رنگ پریدگی صورت * لکه های خونمردگی روی بدن * گوشه گیری، ناخن جویدن، کبوس و بی خوابی

تغذیه

* جهت جلوگیری از تورم بدن از غذاهای کربنات دار مثل نوشابه ، آبمیوه های مصنوعی، آب معدنی های حاوی کربنات، غذاهای حاوی ادویه و حاوی سدیم بالا خودداری کنید. * در صورتی که ناحیه جراحی در صورت و گردن قرار دارد جهت پیشگیری از پس زدن پیوند، در روزهای بعد از عمل از رژیم مایعات شامل آب، آب میوه، چای، و رژیم نرم شامل پوره ها، حلیم، سوپ یا غذاهای نرم شده استفاده نمایید. * رژیم غذایی بیمار شامل مواد پروتئینی مثل گوشت و مرغ و ماهی، حبوبات، لبنیات کم چرب و ویتامین ها مثل سبزیجات و میوه تازه و مایعات فراوان باشد . * از خوردن غذاهای محرک مثل بادمجان ، گوجه فرنگی ، سیر ، فلفل ، سوسیس و کالباس به دلیل ایجاد سوزش و خارش خودداری نمائید .

* از ویتامین C مانند: آب پرتقال، گریپ فروت، آب آناناس و آب هندوانه همچنین مواد غذایی آهن دار (خرما، جگر، گوشت قرمز و سبزیجات برگدار سبز) جهت تسریع بهبودی استفاده نمایید .

ورزش و فعالیت

در پیوند پوست صورت از فعالیتهای شدید پرهیز نمایید . * عضو گرافت شده طبق نظر پزشک تا روزی که ایشان تعیین می کنند، باید بی حرکت باشد به همین دلیل ممکن است در روزهای اول از آتل گچی استفاده شود.