



# رعاية الجروح بعد الإصابة بالحروق

**ssmc**  
مدينة الشيخ شخبوط الطبية  
Sheikh Shakhbout Medical City

800SSMC | ssmc.ae  
7762



يشرح هذا البيان كيفية العناية بإصابات الحروق بعد الخروج من المستشفى، وتقدم نظرة عامة تُبين درجات الحروق الثلاثة والعلاجات الأساسية لكل منها، وتناقش أيضاً أنواع المنتجات المتوفرة لعلاج إصابات الحروق.



قد يكون الجلد أحمر ومؤلماً مع بعض الانتفاخ، ومن الأمثلة على ذلك، حروق الشمس التي تتحول إلى اللون الأحمر وقد تتقشر لاحقاً، وبما أن الطبقة الأساسية من الجلد تظل سليمة، يمكنك علاج حروق الدرجة الأولى في المنزل، ولا تحتاج إلى استخدام أي شيء غير المرطب المهدئ للحروق.

مع العمل بأن التعرض لأشعة الشمس، وخاصة التعرض المكثف والمتكرر، يمكن أن يؤدي إلى الإصابة بسرطان الجلد.

- تصل **حروق الدرجة الثانية** إلى الطبقة الأعمق من الجلد، والتي تسمى بالأدمة، وتُعرف هذه الإصابات أيضاً باسم حروق جزئية الشوك، وتسبب هذه الحروق الألم والاحمرار والبثور، وقد يفرز الحرق سائلاً أو وقد ينزف إذا قمت بتمديده. عادة ما تشفى حروق الدرجة الثانية خلال 1-3 أسابيع، وقد يتغير لون البشرة بعد الشفاء، كما تظهر بعض الندوب، ويعتمد خطر التندب على عمق الحرق في الأدمة والوقت الذي استغرقه الجرح للشفاء، ويختلف علاج حروق الدرجة الثانية عن الأولى. وقد يحتاج الأمر في بعض الحالات إلى إجراء عملية جراحية لحروق الدرجة الثانية التي تكون عميقة أو بطيئة الشفاء.

- تؤدي **حروق الدرجة الثالثة** والحروق الشديدة إلى إتلاف طبقتي الجلد وحتى الطبقات العميقة، وتعرف أيضاً باسم الحروق كاملة السماكة، وقد تلحق الضرر بالدهون والعضلات والأوتار والعظام الأساسية، وقد يتحول الجلد المصاب إلى اللون الأبيض أو الأسود أو الرمادي، وتسبب جفاف الجلد، وقد لا يعاني المصاب من الألم الشديد في هذه الحالة لأن الحرق دمر النهايات العصبية تحت الجلد، وتعد حروق الدرجة الثالثة أكثر عرضة للإصابة بالالتهابات من الحروق الأخرى. ويشمل علاجها أساليب التنظيف أو إزالة الأنسجة الميتة، يليها تطعيم الجلد بالترميم الجراحي، وقد يلجأ الأطباء لترقيع بعض المناطق تحت التخدير العام.

أثناء عملية التطعيم، يقوم الطبيب بإزالة الجلد المصاب واستبداله بجلد صحي من منطقة غير مصابة من الجسم، وتسمى هذه المنطقة بالموقع المانح، وعادةً ما يُشفى الموقع المانح خلال 1-3 أسابيع مع الحد الأدنى من التندب. إذا لم يكن لديك طعم جلدي، فقد يستغرق الأمر أشهراً أو أكثر للشفاء، وتترك حروق الدرجة الثالثة المعالجة بشكل جيد ندبات بارزة ويمكن أن تسبب فقدان الحركة وصعوبة في الاعتناء بنفسك.

## فهم درجة الحرق الذي تعاني منه

سيتم تقييم إصابتك من قبل فريق رعاية الحروق بالنظر إلى عاملين أساسيين، الأول هو حجم الحرق والثاني هو عمقه. لتقدير حجم الحرق، يقيس الأطباء النسبة المئوية لإجمالي مساحة سطح الجسم، وهي مقدار مساحة الجلد المصابة، بينما يعتمد عمق الحرق على عدة عوامل أخرى، وتشمل هذه العوامل كيفية حدوث الإصابة، ومدى سخونة العامل المسبب للحرق، والمدة التي تعرضت خلالها المنطقة المحروقة للعامل المسبب للحرق، ومدى سماكة الجلد في المنطقة.

يقيس مقدمو رعاية الحروق عمق الحروق بالدرجات، ونميز لها ثلاثة مستويات من الإصابة:

- تؤثر **حروق الدرجة الأولى** على الطبقة العليا من الجلد فقط، والمعروفة باسم البشرة، وقد تكون هذه الحروق مؤلمة جداً ولكنها بسيطة من حيث آثارها الصحية على المدى القصير.

غالباً ما يصف مقدمي رعاية الحروق مراهم أو كريمات مضادة للالتهاب للعناية بالحروق من الدرجة الثانية، وتحافظ هذه المراهم والكريمات على رطوبة الجرح وتمنع الالتهابات أو تعالجها، ونادراً ما يتطلب الأمر تناول مضادات حيوية عن طريق الفم، وقد تحتاج إلى ضمادات لاستخدام هذه المراهم، كما قد تحتاج لتغيير ضماداتك كل يوم، ويمكن أن تكون هذه عملية مؤلمة ومرهقة.

يمكن لفريق العناية بالحروق الخاص بك مساعدتك في تنسيق تغييرات الضمادات مع الأدوية المسكنة للألم الخاصة بك، كما يمكن لفريق الرعاية المتخصص أن يعلمك أيضاً طرق التعامل مع الألم، وتشمل هذه الأساليب علاجات القلق، وتقنيات الإلهاء، وغيرها من الأساليب التي لا تتطلب تناول دواء ما، ومن أجل تقليل ألم إزالة الضمادات، يمكنك استخدام الماء من خلال غمر المنطقة بالماء، أو عن طريق تعريضها للماء من خلال الدش.

اغسل الجلد والجرح بالحرق بلطف بصابون خفيف ثم اشطفهما جيداً بماء الصنبور، واستخدم منشفة ناعمة لإزالة الأدوية القديمة وبقايا الجلد الميت من الجرح بلطف، ومن الشائع حدوث نزيف بسيط مع تغيير الضمادات.

هناك العديد من منتجات العناية بالجروح الأخرى المتاحة للحروق، وقد لا تحتاج هذه المنتجات إلى تغييرات الضمادات يومياً، وفي بعض الأحيان يمكنك تركها في مكانها حتى يشفى الجرح.

هذا يمكن أن يجعل التحكم في الألم أسهل بكثير وقد يقلل من قلقك بشأن العناية بالجرح ولكن من عيوبه أيضاً تغطية الجرح، مما يحد من القدرة على مراقبته من أجل التحقق من خطر الالتهاب والشفاء، وتشمل الخيارات الرغبة العلاجية والغسل والضمادات الفضية. سيقدر فريق العناية بالحروق الخاص بك المراهم والكريم والضماد المناسب لحالتك، وسيقوم باختيار المنتج المناسب لك، وكيفية تطبيقه وإزالته.

قد يعاني الأشخاص المصابون بالحروق من مجموعة من الحروق من الدرجة الأولى والثانية والثالثة من آلام ومخاوف عديدة. نوصي بالتحدث مع مقدم الرعاية الصحية الخاص بك لفهم إصابتك والتعامل معها بشكل أفضل.

## الخيارات العلاجية لإصابات الحروق

### العناية بالجروح

لمساعدتك في اتباع خطة واضحة ومحددة لرعاية الجروح، سيقوم فريق الرعاية المتخصص بما يلي:

- تقييم الحرق الذي تعاني منه وتحديد درجته.
- دراسة خيارات الرعاية المتوفرة وفقاً لحالتك وتفضيلاتك.
- تهدف خطة الرعاية بالجروح للعديد من الأهداف، منها:
- مساعدتك على تحقيق الشفاء الأمثل.
- تقليل الألم والإجهاد الناتج عن العناية بالجروح.
- التحقق من قدرتك على القيام بتمارين التمدد كما يوصي بها فريقك الطبي.



## العناية بالجروح

يستخدم مقدمو رعاية الحروق ترقيع الجلد لعلاج مناطق الحروق العميقة من الدرجة الثانية والثالثة، ويتم خلال هذه الجراحة إزالة الجلد الميت واستبداله بجلد صحي من جزء آخر من الجسم، ويمكن معالجة الحالات الالتهابية باستخدام مرهم مضاد حيوي وضادة غير لاصقة أو ضمادة فضية أو غيرها، وهناك ثلاثة أنواع من ترقيع الجلد:

- **الطعوم الورقية:** ويتم تطبيقها بشكل عام على الوجه والرقبة واليدين والقدمين لتحسين المظهر وتقليل شد الجلد مع مرور الوقت، ولكنها قد تتطلب المزيد من الجلد لتغطية المنطقة وتتطلب رعاية فورية أكبر مع مراقبة دقيقة، وتستخدم الرقعة الورقية قطعة الجلد بأكملها دون إضافة ثقوب للسماح بتصريف الجرح وتضمن نسبة نجاح أكبر، ومع ذلك يمكن أن تفشل الطعوم الجلدية إذا كان هناك الكثير من السوائل المحاصرة تحتها، وقد يستخدم الأطباء طعوماً ورقية أكبر للأطفال أو للحد الأدنى من تقلص الطعوم مقابل موقع مائدة أكبر. غالباً ما تحتاج هذه الطعوم إلى مراقبة دقيقة لمدة يوم أو يومين بعد اكتمال عملية التطعيم لإزالة السائل المحصور أسفل الطعوم. بالتأكد أن الطعوم التي تم شفاؤها حديثاً ستكون هشة للغاية، وتتطلب رعاية خاصة لحمايتها. احرص على عدم اصطدامها أو فركها أو خدشها، ولا ترتدي ملابس خشنة أو أي شيء يحتك بها كي لا تسبب الحساسية وظهور البثور.

- **الطعوم الشبكية:** وغالباً ما تُستخدم في المناطق التي لا تتطلب تجميلاً كبيراً وللجروح الأكبر حجماً، حيث يأخذ الأطباء قطعة من الجلد من منطقة سليمة لإغلاق المنطقة المفتوحة، ويضعون الجلد السليم في شقوق أو ثوب من خلال آلة مخصصة لهذا الغرض لتغطية مساحة أكبر، مما يخلق نمطاً شبكياً يمكنه توسيع مساحة التطعيم. ويغطي هذا الجلد الممتد مساحة أكبر من التي تغطيها الطعوم والرقية، لكنه قد يسبب تشكل طيات جلدية مثل الجوارب، ويتم شفاء الجرح بامتلاء المناطق الواقعة بين الرقعة الشبكية والثقوب بجلد جديد. قد يستغرق هذا أياماً أو أسابيع، ولا يحتاج الجرح إلى أي ضمادات بمجرد أن تبدأ الطبقة الشبكية بالالتصاق بالجلد ويتوقف التصريف مما يعني أن الجرح قد التئم. يجب عليك ترطيب الجرح كل يوم، وعلى الرغم من أن الطعوم المتشابكة يمكن أن تغطي مساحة أكبر من الجلد، إلا أن نمط الشبكة سيكون دائماً مرئياً إلى حد ما.

- **الطعوم كاملة السماكة:** ويمكن استخدامها لإعادة بناء مناطق أصغر حجماً، وكثيراً ما تُستخدم في مرحلة التعافي من أجل العمليات الجراحية الترميمية والندبات الضيقة. وتشمل هذه المناطق منطقة حول العينين والفم والأصابع، وتتكون الطعوم كاملة السماكة من طبقتين من الجلد وتتقلص بشكل أقل مقارنة بالطعوم الأخرى، وعادةً ما يتم إغلاق المواقع المانحة للطعوم كاملة السماكة مثل الشق الجراحي، ويشبه الموقع المانح حرقاً من الدرجة الثانية. يستخدم العديد من الأطباء ضمادات الجروح التي يمكن أن تبقى في مكانها لمدة 7-14 يوماً أو حتى يكتمل الشفاء. يمكنك علاج أي مناطق صغيرة مفتوحة متبقية في المنطقة المانحة باستخدام مرهم مضاد حيوي وضادة خاصة. تذكر أن تخبر مقدم الرعاية المتخصص بالحروق عن أي مناطق احمرار أو دفء أو مناطق تسرب جديدة للسوائل أو مناطق مفتوحة تسبب لك الألم، أذ يمكن أن تكون هذه علامات على وجود التهاب.

## الترطيب

قد يستغرق الترطيب أياماً أو أسابيعاً، ولا يحتاج الجرح إلى أي ضمادات بمجرد أن تبدأ الطبقة الشبكية بالالتصاق بالجلد ويتوقف التصريف. مما يعني أن الجرح قد التئم، ويجب عليك حينها ترطيب الجرح كل يوم، على الرغم من أن الطعوم المتشابكة يمكن أن تغطي مساحة أكبر من غيرها، إلا أن نمط الشبكة سيكون دائماً مرئياً إلى حد ما.

- بمجرد أن ينغلق الجلد ويتوقف التصريف، يجب عليك الحفاظ على ترطيبه بشكل جيد لتقليل من فرص ظهور البثور أو تمزقات الجلد. كما أنه يقلل من الحكة ويمكن أن يسهل الحركة، ويجب أن يكون المرطب طيباً خالياً من المعطرات والروائح.
- هناك العديد من المستحضرات التي يمكن استخدامها مع الحرص على أن يكون طيباً من دون رائحة.
- تحتوي المرطبات المعبأة في زجاجات، مثل اللوشن، على نسبة عالية من الماء. كما أنها أسهل في التطبيق. ولكن قد تحتاج إلى تطبيقها في كثير من الأحيان.
- المرطبات الموجودة في الأنابيب والأنواع، مثل الكريمات، تكون أكثر كثافة. وسوف تحتاج إلى تدليكها على الجلد بشكل أكبر لتتمكن من تمديدها. لكنها تدوم لفترة أطول على بشرتك.

## تمزق الجلد

- تحدث تمزقات الجلد عندما تصطدم بشيء ما عن طريق الخطأ، ويمكن أن يسبب الخدش أيضاً تمزقات في الجلد.
- إذا كانت المنطقة تنزف، فاضغط بقوة على الجرح لمدة 5 دقائق تقريباً حتى يتوقف النزيف، ثم اغسل المنطقة بلطف وبشكل كامل بالماء والصابون المعتدل، واستخدم كمية صغيرة من مرهم مضاد حيوي وضمادة غير لاصقة كل يوم واترك الجرح حتى يشفى. إذا أصبحت المنطقة المحيطة بالتمزق الجلدي حمراء ودافئة أو أصبح الجرح لامعاً أو أكبر مما كان عليه في الأصل، فقد تكون مصاباً بالالتهاب. اتصل بمقدم الرعاية الصحية الخاص بك لمزيد من التقييم.
- إذا استمر الجرح في التشقق أو التوسع أو التعمق، فاتصل بمقدم الرعاية الصحية الخاص بك.



- استخدم مرطباً لا يحتوي على رائحة عدة مرات في اليوم، وقم بتمديده على الندبة، واسأل طبيبك عما يوصي به.
- استخدم كمية كبيرة من المرطب، خاصة على الوجه، يمكن أن يسد المسام ويسبب البثور. إذا حدث ذلك، قلل من الترطيب واستشر طبيبك أو فريق علاج الحروق.
- استغل وقت تطبيق المرطب للمس الندبات بحذر لأنه يساعد في جعلها أقل حساسية، ويمكنك أن تزيد الضغط مع مرور الوقت، إذ يعد تدليك الندبات جزءاً من خطة رعاية الحروق، بالإضافة لتمرين التمدد.

## البثور

- الجلد الذي تم شفاؤه حديثاً يكون هشاً. يمكن أن يؤدي خدش الندبة أو صدمها إلى ظهور بثور. ارتداء الملابس الضيقة جداً أن قد يؤدي أيضاً لظهور هذه البثور.
- يجب عليك ثقب البثور وتصريفها بمجرد ملاحظتها، باستخدام إبرة معقمة، ثم قم بتصفية البثرة على قطعة من الشاش. ضع القليل من مرهم مضاد حيوي وضمادة غير لاصقة على المنطقة.
- إذا فتحت البثور، فسوف تحتاج إلى تضميدها بضمادة غير لاصقة. لا تستخدم ضمادات أو أشرطة لاصقة يصعب خلعها لأن ذلك قد يعرض جلدك للتمزق أو التقرح.

## التقرحات

- تعرف التقرحات بأنها انهيارات في الجلد تحدث مع وجود أشرطة من الأنسجة النديبة حول رقبته أو كتفه أو الجزء الأمامي من مرفقه أو الجزء الخلفي من رقبته.
- قد يكون من الصعب شفاء هذه المناطق، ويمكن أن تؤدي الحركة البدنية مثل ممارسة الرياضة إلى فتح الجرح بشكل مستمر أو كبر حجمه.
- حافظ على الجرح مغطى . واستخدام طبقة رقيقة من مرهم مضاد حيوي وضادة غير لاصقة يحافظ على ترطيب الجلد حول الجرح جيداً، خاصة عند ممارسة التمارين الرياضية وتمرين التمدد.

## ردود فعل تحسسية في الجلد

- تأكد من إخبار طبيبك إذا كان لديك أي حساسية جلدية.
- إذا كنت تستخدم مرهم مضاد حيوي لفترة طويلة على الجلد المعالج، فقد يتشكل لديك رد فعل تحسسي، ويمكن أن يحدث هذا أيضاً إذا قمت بتغيير المرطب أو الصابون أو منظف الغسيل، وقد يتفاعل جلدك إذا قمت بتغيير المطاط في ملابس الضغط الخاصة بك.
- إذا كان لديك رد فعل تحسسي، توقف عن استخدام جميع أنواع الصابون والمرطبات والمراهم لمدة 2 إلى 3 أيام.
- بمجرد اختفاء التفاعل، يمكنك البدء في استخدام الصابون والمرطبات مرة أخرى، وأضف هذه المنتجات إلى روتينك اليومي واحداً تلو الآخر، واترك يومين إلى ثلاثة أيام بين إضافة كل منتج مرة أخرى إلى روتينك اليومي، ويمنحك هذا الوقت لاكتشاف ما إذا كان رد الفعل التحسسي سيعود أم لا.

## ما الذي تستطيع القيام به؟

- اطرح الأسئلة وساعد في اتخاذ القرارات المتعلقة برعايتك.
- خذ قائمة بالأسئلة أو المخاوف المتعلقة بمواعيدك الطبية كي يتمكن مقدم الخدمة الخاص بك بمعالجتها.
- اتبع تعليمات مقدم الخدمة الخاص بك للعناية بالجرح.
- حافظ على بشرتك نظيفة ورطبة بشكل جيد.
- تجنب اصطدام الجرح أو كشطه أو خدشه.
- اعمل مع فريق الرعاية الصحية الخاص لفهم كيفية التعامل مع الألم.
- ابدأ التمارين في أقرب وقت ممكن.

