



**Namatek**  
True Education



[www.namatek.com](http://www.namatek.com)

آشنایی با انواع زخم ها

## فهرست مطالب

۱. زخم چیست؟ (wound)
۲. مراقبت از انواع زخم های جزئی در منزل

قطعا همه ما از بچگی تا بزرگسالی آسیب های بسیاری دیده ایم که باعث ایجاد انواع زخم شده اند. این زخم ها گاهی اوقات خیلی سطحی و در بعضی مواقع نیز بسیار شدیدتر بودند. در این مقاله با انواع متداول زخم ها و چگونگی روش درمان آن ها آشنا می شویم.

## #۱ زخم چیست؟ (wound)

زخم ها معمولا باز یا بسته هستند. زخم بسته، جراحی است که به سطح پوست آسیبی نمی رسد؛ اما به بافت های زیرین آسیب می رساند. در زخم های بسته هیچ خونی از بدن خارج نمی شود و همین مورد، تفاوت بین زخم باز و زخم بسته است. این نوع زخم می تواند در حین ورزش، بازی ها و سایر فعالیت های بدنی ایجاد شود.



انواع زخم های بسته عبارتند از:

- کبودی
- کشیدگی عضلات
- التهاب تاندون ها
- رگ به رگ شدن

از طرف دیگر، زخم های باز باعث آسیب به سطح پوست می شوند و همچنین ممکن است به بافت های زیرین آسیب برسانند. به طور کلی زخم های باز می توانند منجر به موارد زیر شوند:

- درد
- تورم
- التهاب های بافت های زیرین
- کاهش یا از دست دادن عملکرد قسمت آسیب دیده بدن

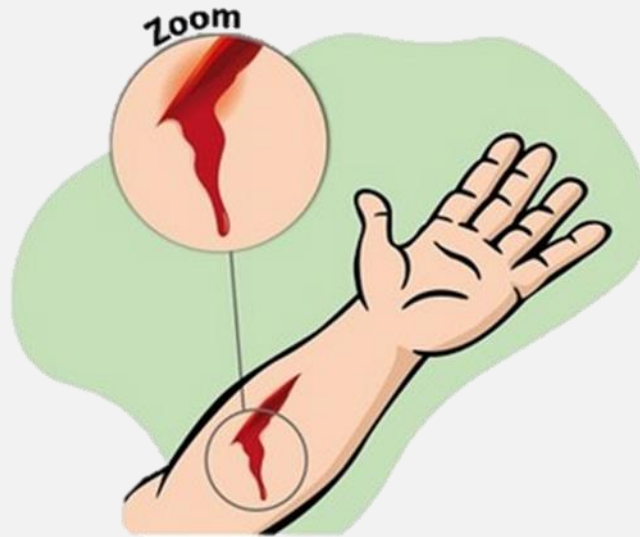
برخی از انواع زخم های باز عبارتند از:

## #۱-۱ ساییدگی، یکی از انواع زخم (Abrasions)



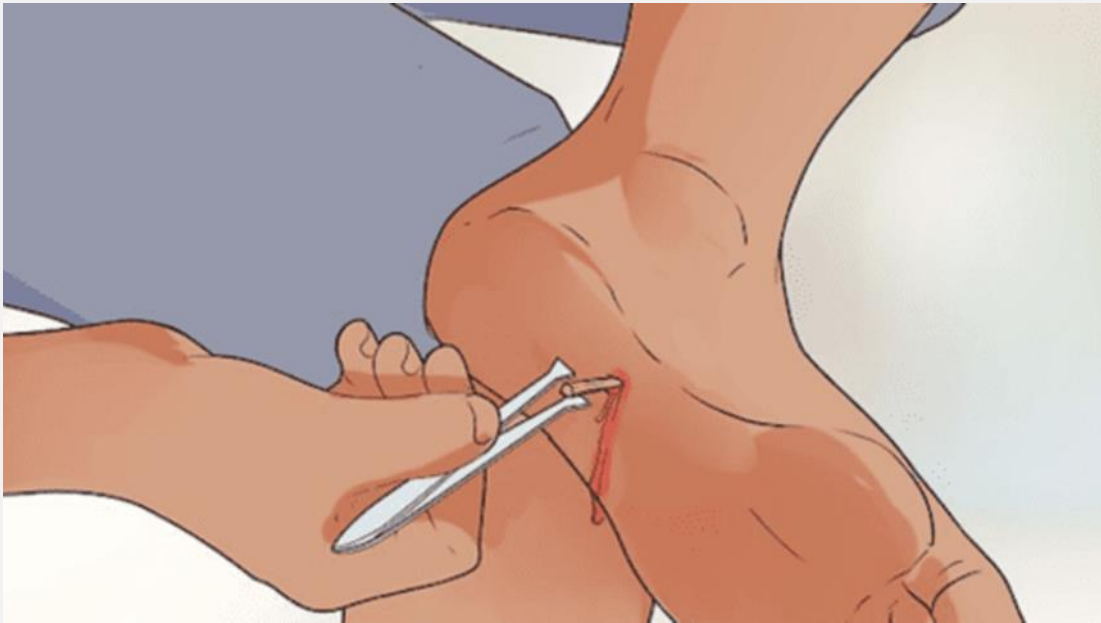
ساییدگی زمانی ایجاد می شود که پوست شما روی یک سطح خشن یا سخت ساییده یا خراشیده شود. به طور معمول، ساییدگی به شدت خونریزی نمی کند؛ اما باید محل زخم را کاملاً تمیز و با آب و صابون شستشو داد تا از عفونت جلوگیری شود. سایش ممکن است در موارد شدید به باند و پانسمان نیاز داشته باشد؛ اما سایش های جزئی پس از تمیز کردن محل زخم به خودی خود بهبود می یابند.

## #۱-۲ پارگی، یکی از انواع زخم (Lacerations)



نوعی از انواع زخم است که به وسیله اشیاء تیزی، مانند چاقو ایجاد می شود. در موارد پارگی عمیق، خونریزی ممکن است به سرعت اتفاق بیفتد؛ بنابراین مهم است که با پوشاندن زخم و فشار، خونریزی را متوقف کنید. اگر خونریزی متوقف نمی شود، ممکن است لازم باشد با اورژانس تماس بگیرید.

## ۳-۱# سوراخ شدن (Punctures)



این نوع زخم هنگامی رخ می دهد که هر نوع اشیا نوک تیزی به پوست نفوذ کند. سوراخ شدن باعث آسیب به تمام لایه های پوست می شود. این امر اغلب ناشی از بی توجهی یا پا زدن روی اشیاء نوک تیز مانند، سوزن می باشد. گزش توسط حیوانات نیز ممکن است باعث ایجاد این نوع زخم شود. این انواع زخم ممکن است از نظر ظاهری خونریزی زیادی نداشته باشند؛ اما یک سوراخ عمیق در پوست می تواند باعث خونریزی داخلی شود. به زخم فشار وارد کنید و آن را با آب، تمیز بشویید تا تمام آلودگی ها پاک شود. قبل از خشک کردن و پوشاندن با باند، کرم یا پماد آنتی بیوتیک بزنید. در اثر سوراخ شدن، علائم عفونت مانند سرخی، درد، تورم یا تب را مشاهده می کنید.

قرار گرفتن در معرض فلز و گزش حیوانات برای سلامتی شما خطرناک است. فلز، ممکن است کثیف و زنگ زده باشد و گزش حیوانات نیز باکتری

ها و ویروس ها را از دهان حیوانات مستقیماً به بدن شما منتقل کند و اگر توسط پزشک به درستی رفع نشوند، این موارد می توانند به سرعت باعث عفونت جدی شوند.

## #۱-۴ ابولسیون، یکی از انواع زخم (Avulsion)



به طور معمول هنگامی رخ می دهد که تکه هایی از بافت بدن جدا می شوند و باعث ایجاد زخم هایی شدید می شود. این نوع زخم، خونریزی های کنترل نشده ای دارد و زمانی رخ می دهد که پوست یا بخشی از بدن به طور جزئی یا کاملاً پاره شده باشد. این آسیب ها غالباً در اثر ضربه جدی مانند تصادفات اتومبیل یا موتورسیکلت، انفجار یا شلیک گلوله به وجود می آیند.



## #۱-۵ سوختگی (Burns)



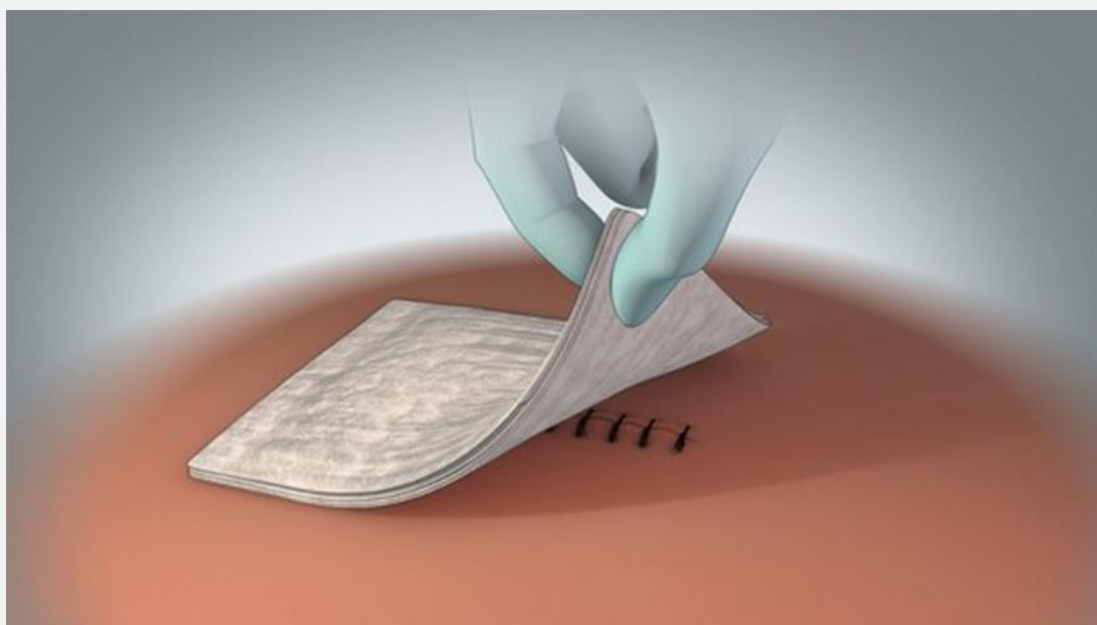
سوختگی در اثر قرار گرفتن بیش از حد در برابر عوامل حرارتی، الکتریکی، تابش، لیزر یا عوامل شیمیایی ایجاد می شود. شما می توانید سوختگی های سطحی و جزئی را در خانه درمان کنید؛ اما با مواجه شدن با زخم سوختگی های شدید حتما باید به پزشک مراجعه کنید.

زخم های سوختگی را می توان بر اساس میزان آسیب دیدگی طبقه بندی کرد:

- سوختگی های درجه یک، فقط روی اپیدرم (لایه بیرونی پوست) تاثیر می گذارند و ممکن است باعث قرمزی و درد شود.
- سوختگی های درجه دو، اپیدرم و درم (لایه میانی پوست) را تحت تاثیر قرار داده و ممکن است باعث ایجاد تاول شوند.
- سوختگی های درجه سه، به لایه چربی زیر پوست رسیده و ممکن است اعصاب را از بین ببرد.

## #۲ مراقبت از انواع زخم های جزئی در منزل

زخم های جزئی را می توانید در خانه درمان کنید.



همان طور که اشاره کردیم، ابتدا زخم را بشویید و ضدعفونی کنید تا همه آلودگی ها و بقایای آن پاک شوند. برای کنترل خونریزی و تورم از فشار مستقیم استفاده کنید. هنگام پیچیدن زخم، همیشه از پانسمان یا باند استریل استفاده کنید. باید زخم را به مدت پنج روز تمیز و خشک نگه دارید. اگر درد داشتید، می توانید از استامینوفن برای تسکین درد استفاده کنید. از مصرف آسپرین به شدت خودداری کنید؛ زیرا باعث خونریزی بیشتر یا طولانی شدن آن می شود.