

آموزش کشیدن بخیه

همواره برای بستن جراحات و زخم‌ها پزشکان از بخیه استفاده می‌کنند. برخی از بخیه‌ها بعد از مدتی نیاز به کشیده شدن دارند. برای کشیدن بخیه با مشورت پزشک می‌توان این کار را در منزل انجام داد، مهمترین موضوع در زمان کشیده شدن بخیه مکان و وسایل استریل شده می‌باشد تا از بروز عفونت‌های احتمالی جلوگیری شود.



کشیدن بخیه بهتر است که تحت شرایط استریل و در مطلب دکتر انجام شود. اما این کار را نیز می‌توان در خانه و با رعایت چند نکته انجام داد. حال اگر می‌خواهید خودتان اینکار را انجام دهید بهتر است با آسیب‌ها احتمالی و نحوه صحیح اینکار و نکات مهم آن آشنا شوید.



توصیه اول در خصوص کشیدن بخیه، مراجعه به پزشک یا درمانگاه برای این کار است. وقتی که برای کشیده شدن بخیه به نزد پزشک می روید او موارد عفونت و درمان درست زخم را بررسی می کند. با موارد استریل این کار را انجام می دهد و توصیه های مراقبت از زخم را نیز به شما منتقل خواهد کرد. اگر بخواهید در منزل خودتان اینکار را انجام دهید این بررسی ها نمیشود

بخیه های غیر جذبی

بخیه ها را بر اساس نخ های استفاده شده می توان آنها را به صورت نخ نایلونی، پلی پروپیلن، سیلک و پلی استر تقسیم بندی کرد. این بخیه ها نیاز به کشیدن دارند. بعضی از آنها از یک رشته نخ تشکیل شده اند و به راحتی از بافت عبور می کنند و برخی از چند رشته نخ هستند با اینکه احتمال باز شدن دوخت ها را بسیار کم می کند اما زمان رد شدن از بافت ها صدمه بیشتری وارد می کنند و درصد مبتلا شدن به عفونت هم بیشتر می شود.

بخیه های جذبی

این نوع نخ های بخیه طوری ساخته شده اند که با آنزیم های طبیعی بافت های بدن سازگاری دارند و خود به خود حل می شوند. ترکیبات استفاده شده در این نخ ها استریل هستند. جنس نخ این نوع بخیه به دو دسته بخیه جذبی طبیعی و مصنوعی تقسیم بندی می شود.

زمان جوش خوردن بخیه ها

اصلی ترین سوالی در خصوص بخیه این است که کی بخیه ها خوب می شوند؟ چه زمانی بخیه را باید کشید؟ جواب این سوال را قطعاً خود جراح می تواند بدهد زیرا نخ های بخیه استفاده شده ممکن است جذبی یا غیر قابل جذب باشند. در بهبودی بخیه ها عواملی همچون وضعیت بافت عضو و وضعیت جسمانی و تغذیه دخیل هستند برای مثال در سنین بالا این امر کند تر رخ می دهد. همچنین بافت هایی که دچار عفونت هستند در دوره بسته شدن زخم ها با مشکل رو به رو خواهند شد و به همین دلیل است که جراح باید قبل از جراحی نشانه های عفونت را بررسی کند.

زمان بخیه کشیدن برای هر قسمت از بدن متفاوت است. زمان های داده شده در قسمت زیر، زمان های معمولی و روتین برای این کار هستند، اما این زمان ها ممکن است با توجه به شرایط پزشکی زخم تغییر کنند.

- صورت : ۳ الی ۵ روز
- پوست فرق سر : ۷ الی ۱۰ روز
- بدن : ۷ الی ۱۰ روز
- دست و پا : ۱۰ الی ۱۴ روز

• بند : ۱۴ روز

اگر بخیه ها در بدن بمانند چه اتفاقی میفتد

بخیه ها باعث می شوند که بافت های پوستی کنار هم بیایند و بافت های پوستی جدید تشکیل شوند و به یکدیگر بچسبند که بعد از آن نیازی به وجود نخ های بخیه نیست و اگر نخ ها همچنان در بافت وجود داشت باشند باعث مشکلاتی مانند آبه پوست و احتمال ایجاد عفونت به علت ورود میکروب ها از حفره در بافت ها می شوند

آماده سازی برای کشیدن بخیه

اگر شخصی بخیه دارد باید دستوراتی درباره نگهداری از بخیه و زخم داشته و تاریخی برای بخیه کشیدن به او داده شود. نمونه ای از این دستورات را در قسمت ذیل مشاهده می کنید:

- در ۲۴ ساعت اول زخم را کاملا تمیز و خشک نگه دارید.
- بعد از ۴۸ ساعت اجازه استحمام دارید، اما آب را مستقیما روی زخم نریزید.
- پس از ۴۸ ساعت می توانید پانسمان را بردارید، مگر اینکه زخم خونریزی و یا ترشح داشته باشد. اگر پانسمان روی زخم خیس شد، باید آن را با یک پانسمان خشک و تمیز جابه جا کنید.
- پس از تمیز کردن محل زخم، از پماد آنتی بیوتیک (برای مثال پماد شرکت های نئوسپیرین و یا پلیسپیرین) استفاده شود.
- اگر بخیه پاره و یا شل شد، پزشک را در جریان بگذارید.

کشیدن بخیه ها

با استفاده از مواد ضد عفونی کننده، زخم را از هرگونه خون خشک شده و یا اسکار پاکسازی می کنند. به کمک انبر های استریل دو سر بخیه را نگه داشته سپس با قیچی و یا چاقو جراحی بخیه را می برند. از انبر برای کشیدن و دور نگه داشتن نخ بخیه از پوست استفاده می کنند. این فرایند که کاملا بی درد است تا زمانی ادامه می یابد که تمامی بخیه از کشیده شود. هنگام بریدن نخ بخیه امکان دارد یک فشار یا کشیدگی کوچک احساس کنید. سپس دوباره روی زخم را تمیز می کنند. و سپس روی زخم را با نوار چسبی پوشانده تا زخم به ترمیم خود ادامه دهد.

پس اگر زخم شما چندان عمیق و بزرگ نیست و زمان لازم برای بهبودی آن سپری شده و به نظر می رسد که زخم تان کاملا

بسته شده است میتوانید خودتان برای کشیدن بخیه در خانه دست به کار شوید.

مرحله اول: آماده شدن

مطمئن شوید که وقت کشیدن بخیه فرا رسیده است. اگر بخیه ها بعد از عمل جراحی زده شده اند یا زمان پیشنهادی برای بهبودی آن سپری نشده (بین ۱۰ تا ۱۴ روز)، ممکن است با کشیدن آنها زخم دچار عفونت شود. در واقع پوست باید به اندازه کافی رشد کرده باشد و لبه های زخم به هم چسبیده باشند تا بتوانید بخیه ها را بکشید.

در نظر داشته باشید که اگر این کار را در مراکز بهداشتی درمانی انجام دهید بعد از کشیدن بخیه روی آن را با چسب می پوشانند تا فرایند بهبودی تسهیل شود. بنابراین اگر زودتر از موعد اقدام به این کار کنید سلامتی خود را در معرض خطر قرار می دهید پس قبل از هر کاری با پزشک خود مشورت کنید.

اگر زخم شما قرمز رنگ و متورم دارد اقدام به کشیدن بخیه در خانه نکنید. ممکن است زخم دچار عفونت شده باشد.

مرحله دوم: انتخاب ابزار مناسب برای این کار



ابزاری که برای برش و کشیدن بخیه ها نیاز دارید یک موچین و قیچی است. اگر قیچی جراحی در خانه داشتید میتوانید از آن کمک بگیرید. از قیچی های خیلی کند یا چاقو برای این کار استفاده نکنید چراکه چاقو راحت از دست سر می خورد.

مرحله سوم: استریلیزه کردن تجهیزات

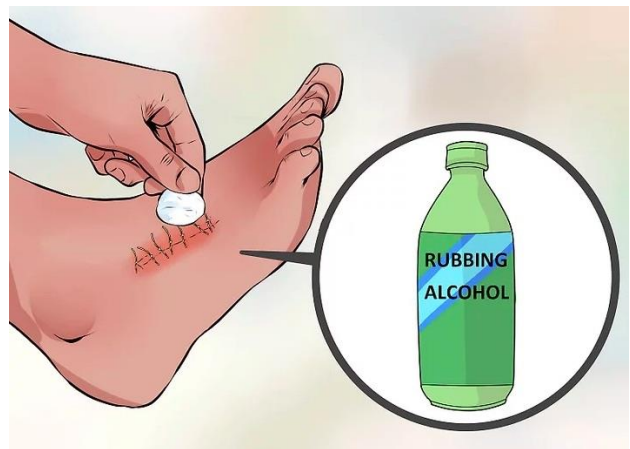


ابزار برش و موجین را درون ظرفی از آب در حال جوش بیاندازید و اجازه دهید ۲۰ دقیقه بجوشد. سپس آنها را با یک پارچه تمیز کاملاً خشک کنید و بعد با یک تکه پنبه الکلی (الکل طبی) تمام نقاط آنها را ضدعفونی کنید. با این کار مطمئن خواهید شد که قیچی یا موجین آلودگی باکتریایی به بدن شما انتقال نمی دهند.

مرحله چهارم: آماده سازی تجهیزات دیگر

به غیر از دو ابزاری که اشاره شد، برای کشیدن بخیه در خانه لازم است که وسایل دیگری هم در دست داشته باشید؛ گاز و باند استریل که در صورتی که ناحیه مورد نظر شروع به خونریزی کند از جمله ملزوماتی برای جلوگیری از خونریزی هستند. البته در نظر داشته باشید که چنانچه کلیه موارد ذکر شده در بالا را به دقت خوانده و رعایت شود به این اقلام نیازی پیدا نمی کنید اما بهتر است که آنها را از قبل آماده کنید.

مرحله پنجم: شستن و ضدعفونی کردن ناحیه بخیه



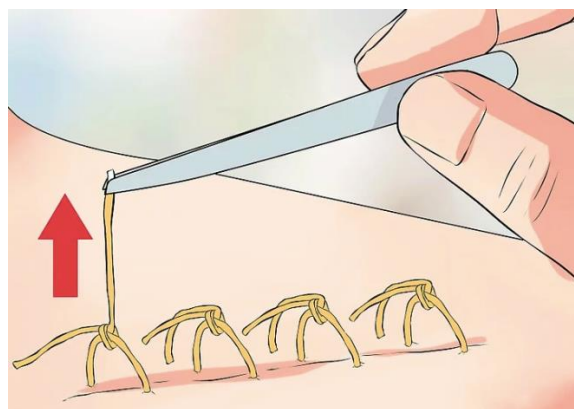
ناحیه بخیه را با آب گرم مرطوب کنید و بعد روی آن صابون بزنید. با آب گرم کف صابون را بشویید و بعد جای زخم را خشک کنید و سپس با یک تکه دستمال تمیز خشک کنید. با استفاده از یک تکه پنبه الکلی آن ناحیه را ضد عفونی کنید و مطمئن شوید که کاملاً تمیز شده است.

مرحله شش: انتخاب موقعیت مناسب برای نشستن



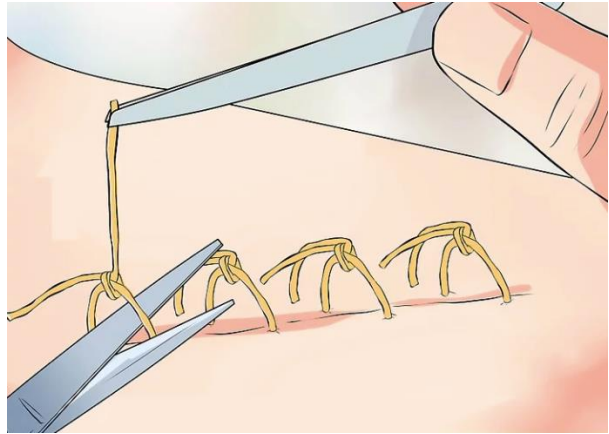
در محیطی با نور خوب بنشینید. باید بتوانید بخیه ها را به خوبی ببینید و کار را به درستی انجام دهید. در محیط های تاریک اقدام به این کار نکنید چون ممکن است تصادفا بدن خود را زخم کنید.

مرحله هفتم: بلند کردن اولین گره



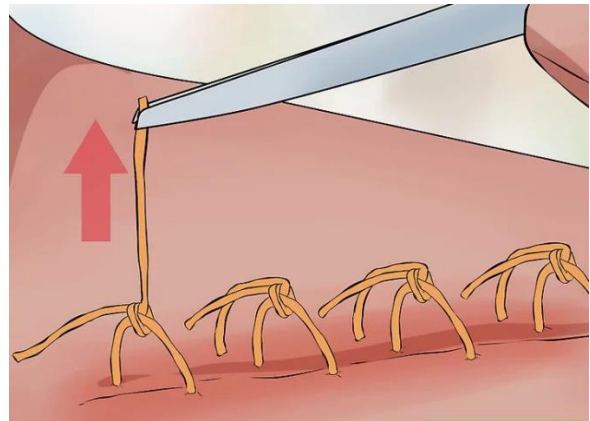
اولین گره را بردارید. از موجین برای بلند کردن آرام آن از سطح زخم استفاده کنید.

مرحله هشتم: برش گره



در حالی که گره را بالای سطح پوست نگه داشته اید، از دست دیگر برای وارد کردن لبه های قیچی به داخل آن استفاده کنید و گره را با قیچی ببرید.

مرحله نهم: کشیدن نخ



از موجین کمک بگیرید و گره ها را یکی بعد از دیگری بالا بیاورید و با قیچی ببرید. ممکن است کمی احساس فشار کنید اما نباید درد داشته باشید.

سعی نکنید گره ها را باز کنید چون ممکن است باعث زخم شدن پوستتان شوید. در عوض باید آنها با قیچی برش دهید و بعد نخ باقی مانده را بیرون بکشید. اگر زخم شروع به خون ریزی کرد یعنی هنوز به طور کامل بسته نشده است. دست از کار بکشید و به پزشک مراجعه کنید.

مرحله دهم: پاکسازی زخم



محل بخیه را پاک کنید. مطمئن شوید نخ‌های زخم فضای زخم باقی نمانده.

بعد از اتمام کار و کشیده شدن تمام بخیه‌ها، نوبت به تمیز کردن زخم می‌رسد. با استفاده از پنبه الکلی محل زخم را تمیز کرده و با کمی پماد آنتی‌باکتریال آن را چرب نمایید.

محافظت از زخم

برای پیشگیری از باز شدن زخم می‌توانید از چسب زخم استفاده نمایید. چسب زخم‌ها معمولاً تا یک هفته بر روی زخم باقی خواهند ماند. برای برداشتن چسب زخم از روی پوست و زخم خود از آب گرم استفاده کنید تا دردی نداشته باشد. پوست اطراف زخم برای مدتی ضعیف است پس در حین بهبودی کامل از باند محافظ استفاده نمایید. بهتر است حداقل ۴ تا ۵ روز این باند را استفاده کنید. زخم در اثر ضربه یا کشش ممکن است خونریزی یا ورم کند، پس از انجام کارها و فعالیت‌های سنگین بپرهیزید.

اگر به زخم شما کشش یا ضربه وارد شود، ممکن است دچار تورم، خونریزی، ترک شود. بنابراین از انجام فعالیت‌هایی که می‌تواند به زخم تازه جوش خورده آسیب برساند، اجتناب کنید.

تغذیه بعد از کشیدن بخیه

مواردی که شامل آنتی‌اکسیدان می‌باشد ویتامین E آلوئه‌ورا سبزیجات و غیره بسیار مناسب می‌باشد البته اگر دچار دیابت یا بیماری خاصی هستید بای‌زیر نظر پزشک موارد رو مصرف کنید. در صورت داشتن تب، تورم، قرمزی، این موضوع را سریعاً با پزشک خود در میان بگذارید. ممکن است دچار عفونت شده باشید که در آن صورت سریعاً باید درمان شوید.

