



بیمارستان امام خمینی بناب

تغذیه در سوختگی



تهیه کننده: شمسی اسفندیاری

(کارشناس پرستاری)

نایب کننده: دکتر مهدی باباپور

(متخصص جراحی عمومی)

تاریخ تدوین: ۱۴۰۰

ویرایش: دوم

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۳

کد سند: PA-PHE-۲۷

اهداف تغذیه در سوختگی

اهداف تغذیه در سوختگی عبارتند

از جلوگیری از سوء تغذیه پروتئین -

انرژی، بازگرداندن تعادل آب

والکترولیت‌ها جهت جلوگیری از ایجاد

شوک، تسریع التیام زخم و اصلاح قند خون ناشی از استرس.

-در مرحله شوک (روزهای اول و دوم) درمحل

سوختگی ورم زیادی ظاهر می شود و آب

والکترولیت‌ها بویژه سدیم و نیز مقدار زیادی

پروتئین

از بدن دفع می شود. استفاده سریع از تزریق

وریدی

برای جبران مواد از دست رفته لازم است.

-در مرحله بهبود (روز سوم به بعد) پس از

تعادل آب والکترولیت‌ها، بهتر است تغذیه وریدی قه شده و تغذیه

از راه دهان شروع شود.

۱

فردی که دچار سوختگی شدید می شود، در حالت افزایش شدید سوخت و ساز بدن قرار دارد به طوری که متابولیسم به میزان دو برابر حالت عادی افزایش یافته و فرد دچار کمبود واز دست دهی نیتروژن (پروتئین) می شود و وضعیت تعادل آب والکترولیت‌ها نیز برهم خورده و دچار کاهش شدید وزن می شود، مگر اینکه سریعاً از نظر تغذیه حمایت شود.

ملاحظات تغذیه ای در سوختگی

-میزان پروتئین مورد نیاز در سوختگی،

سه برابر میزان مورد نیاز در حالت عادی است. حداقل

۱۵۰ گرم روزانه پروتئین و گاهی نیز ۲۰۰ گرم روزانه

همراه با رژیم حاوی ۳۵۰۰ تا ۵۰۰۰ کالری مورد

احتیاج است.

۲

-در این دوره نیاز به ویتامین ث ۵ تا ۱۰ برابر افزایش می یابد ویتامین ث برای سنتز کلانز و در نتیجه ترمیم پوست ضروری است.

-استفاده از آب قلم بدون چرب بعلت پر کالری بودن در ترمیم زخم سوختگی مفید است.

-نیاز به ویتامین A، تا دو برابر افزایش می یابد.

-سایر مواردی که به صورت ویژه باید مورد توجه قرار گیرند عبارتند از

کارنتین، فسفر، روی، ویتامینهای گروه ب و اسیدهای چرب امگا ۳.

-بیمار باید به مصرف آب میوه زیاد تشویق شود تا هم ویتامین ث و پتاسیم وی را تامین نماید.

-می توان از کره بادام زمینی، تخم مرغ و شیر به عنوان میان وعده استفاده نمود.

کربوهیدراتها منبع اصلی انرژی در رژیم های غذایی هستند. گلوکز، سوخت متابولیکی اصلی در تمام اجزاء سلولی، بهبود دهنده زخم محسوب می شود و بهترین منبع انرژی غیر پروتئینی در بیماران آسیب های حرارتی است. در حقیقت کربوهیدراتها برای صرفه جویی در پروتئین ها عالی هستند. توجه داشته باشید که تغذیه بیش از حد با کربوهیدرات ها و قند خون بالا اثر منفی بر درمان سوختگی بگذارد.

در نتیجه نگه داشتن قند خون در حد نرمال برای دستیابی به مناسب ترین شرایط برای بهبود سوختگی ها ضروریست. بنابراین تامین احتیاجات انرژی بیماران دچار سوختگی باید به وسیله پروتئین ها و لیپیدها نیز علاوه بر کربوهیدراتها همراه باشد.

افزایش قند خون می تواند باعث اختلال در جریان خون به سمت زخم شده و بنابر این باعث کاهش اکسیژن و رزمغذی های کافی و لازم برای التیام زخم بشود. علاوه بر این کاهش ایمنی حاصل از افزایش قند خون با بهبود ضعیف زخم های سوختگی همراه است.

نتایج تحقیقات نشان می دهد که استفاده از هیدروکسید کلسیم و روغن کنجد در سوختگی های عمیق درجه سه موجب تسریع در روند بهبود آن می شود.

روغن کنجد حاوی اسیدهای چرب مختلف است و ضمن خاصیت آنتی اکسیدانت با توجه

به ویتامین های A-B-E و مواد معدنی آهن، کلسیم

و فسفر خاصیت ضد باکتریایی و ضد التهابی و ایمنی بخش دارند.

منابع:

-داخلی-جراحی برونز (پوست و سوختگی)

-اصول تغذیه کراوس ۲۰۱۲