

عفونت پوست (سلولیت)



شناسنامه بروشنور آموزشی	
عنوان آموزش	آموزش بیماران مبتلا به سلولیت کد: الف . پ . ۵۶
تهیه کننده	سوپروایزر آموزش سلامت: سوسن قصرساز- رابط آموزش به بیمار: یاسین فتحی پرستار
تایید کننده	کارگروه آموزش به بیمار
سال تهیه	۱۴۰۲/۶ بازبینی: ۱۴۰۴/۶
منابع:	۱) ابرونر و سودارث - پرستاری داخلی - جراحی https://drsiamakmoradi.com
پزشک تایید کننده:	دکتر محسن پور متخصص عفونی
ناظر کیفی :	دکتر خالد فتحی زاده رئیس مرکز- فوق تخصص ریه
آدرس	بلوار توحید- مرکز پزشکی آموزشی درمانی توحید مرکز جراحی قلب شهید رجایی بروجردی تلفن: ۰۸۷۳۳۲۸۱۱۲-۱۷- واحد آموزش به بیمار و پیگیری

عفونت پوست (سلولیت)

سلولیت یک عفونت باکتریایی پوستی است که می‌تواند به سرعت پخش شود و در صورت عدم درمان به موقع، عوارض جدی ایجاد کند. این عفونت بیشتر لایه‌های عمیق‌تر پوست را تحت تأثیر قرار می‌دهد و ممکن است در هر جایی از بدن رخ دهد، اما بیشتر در پاها و صورت شایع است. اطلاع از علائم اولیه، روش‌های پیشگیری و درمان، می‌تواند به جلوگیری از پیشرفت بیماری کمک کند.

علائم سلولیت

سلولیت معمولاً با علائم زیر همراه است که می‌تواند به سرعت ظاهر شوند و شدت پیدا کنند:
قرمزی و التهاب پوست: ناحیه‌ای که تحت تأثیر قرار گرفته، اغلب قرمز و ملتهب می‌شود. این قرمزی ممکن است به صورت یک لکه کوچک شروع شود و به تدریج گسترش یابد.

درد و حساسیت: پوست ناحیه عفونی به لمس حساس می‌شود و ممکن است دردی مبهم یا شدید احساس شود. درد ممکن است با حرکت و یا فشار بیشتر شود.
ورم: در ناحیه مبتلا، ممکن است تورم مشاهده شود که نشان‌دهنده تجمع مایعات و التهاب است.

تاول و زخم: در برخی موارد، تاول‌های پر از مایع یا زخم‌های کوچک روی سطح پوست ظاهر می‌شوند که می‌توانند نشانه‌ای از شدت عفونت باشند.

تب و لرز: تب ناگهانی و لرز از نشانه‌های ورود عفونت به خون و شروع عوارض سیستمیک است.

عوامل خطر و علت‌ها

سلولیت توسط باکتری‌های مختلفی ایجاد می‌شود که به راحتی از طریق هرگونه شکستگی در سد محافظتی پوست وارد بدن می‌شوند. عوامل زیر می‌توانند خطر ابتلا به سلولیت را افزایش دهند:

آسیب‌های پوستی: بریدگی‌ها، خراش‌ها، سوختگی‌ها یا نیش حشرات می‌توانند راهی برای ورود باکتری‌ها به پوست باز کنند.

شرایط پوستی مزمن: بیماری‌های پوستی مانند اگزما یا پسوریازیس که باعث ترک‌های پوستی و آسیب به سطح پوست می‌شوند، خطر عفونت را افزایش می‌دهند.

ضعف سیستم ایمنی: افراد با سیستم ایمنی ضعیف، مانند افراد مبتلا به دیابت، ایدز، یا کسانی که داروهای سرکوب‌کننده ایمنی مصرف می‌کنند، در معرض خطر بیشتری قرار دارند.

احتباس مایعات: مشکلات گردش خون، مانند نارسایی وریدی یا لنف‌ادم، می‌تواند باعث تجمع مایعات و افزایش احتمال عفونت شود.

چاقی: وزن زیاد می‌تواند به مشکلات پوستی مانند ترک‌ها و کشیدگی‌های پوستی منجر شود که خطر ابتلا به سلولیت را افزایش می‌دهد.



روش‌های پیشگیری از سلولیت

برای پیشگیری از سلولیت، رعایت نکات زیر توصیه می‌شود:

مراقبت از زخم‌ها: هرگونه بریدگی، خراش یا زخم را به دقت تمیز کرده و با استفاده از باند استریل بپوشانید تا از ورود باکتری‌ها جلوگیری شود.

رعایت بهداشت شخصی: شستشوی منظم دست‌ها و تمیز نگه داشتن پوست به خصوص در نواحی حساس یا آسیب‌پذیر بسیار مهم است. استفاده از صابون‌های

آنتی‌باکتریال یا محلول‌های ضد عفونی‌کننده می‌تواند در جلوگیری از گسترش باکتری‌ها موثر باشد.

مراقبت از پوست: استفاده از مرطوب‌کننده‌ها به حفظ رطوبت و سلامت پوست کمک می‌کند، خصوصاً در فصل‌های سرد یا در مناطقی که پوست به طور طبیعی خشک‌تر است. این کار به جلوگیری از ترک‌های پوستی که می‌تواند به عفونت منجر شود، کمک می‌کند. پوشیدن لباس‌های مناسب: لباس‌های تنگ ممکن است باعث تحریک پوست و ایجاد خراش‌های کوچک شوند که می‌توانند به ورود باکتری‌ها منجر شوند. پوشیدن لباس‌های مناسب و جلوگیری از اصطکاک می‌تواند خطر سلولیت را کاهش دهد.

کنترل بیماری‌های مزمن: مدیریت صحیح بیماری‌های مزمن مانند دیابت از طریق کنترل سطح قند خون و مراقبت‌های منظم پزشکی می‌تواند به کاهش خطر عفونت‌های پوستی مانند سلولیت کمک کند.



درمان سلولیت

درمان سلولیت نیاز به توجه سریع و مراقبت پزشکی دارد، چرا که عدم درمان به موقع می‌تواند به عوارض جدی منجر شود:

آنتی‌بیوتیک‌ها: استفاده از آنتی‌بیوتیک‌های خوراکی یا تزریقی برای درمان سلولیت ضروری است. انتخاب نوع آنتی‌بیوتیک بستگی به شدت عفونت و وضعیت عمومی بیمار دارد. در برخی موارد، بیمار ممکن است نیاز به بستری شدن در بیمارستان و دریافت آنتی‌بیوتیک‌های وریدی داشته باشد.

استراحت و بالا بردن ناحیه مبتلا: اگر سلولیت در پا یا دست باشد، بالا نگه داشتن عضو مبتلا به کاهش تورم و درد کمک می‌کند. استراحت کافی به بدن فرصت می‌دهد تا بهتر با عفونت مبارزه کند.

مسکن‌ها: برای کاهش درد و ناراحتی، پزشک ممکن است داروهای مسکن تجویز کند. این داروها می‌توانند به تسکین درد کمک کرده و بیمار را راحت‌تر کنند.

مراقبت از پوست: تمیز نگه داشتن ناحیه مبتلا و جلوگیری از آسیب‌های بیشتر به پوست بسیار مهم است. در برخی موارد، پزشک ممکن است استفاده از کمپرس گرم را برای تسکین درد و بهبود گردش خون در ناحیه مبتلا توصیه کند.

چه زمانی به پزشک مراجعه کنیم؟

تشخیص زودهنگام و مراجعه به موقع به پزشک می‌تواند از گسترش عفونت و بروز عوارض جلوگیری کند. اگر هر یک از علائم زیر را مشاهده کردید، به سرعت به پزشک مراجعه کنید:

افزایش سریع قرمزی، ورم یا درد در ناحیه مبتلا: این نشانه‌ها می‌توانند به سرعت وخیم شوند و نشان‌دهنده گسترش عفونت به لایه‌های عمیق‌تر پوست یا بافت‌های زیرین باشند.

تب بالای 38 درجه سانتی‌گراد یا بیشتر: تب و لرز نشانه‌های سیستمیک هستند که ممکن است نشان‌دهنده انتشار عفونت به خون باشند (سپتیسمی).

نشانه‌های عفونت در دیگر نقاط بدن: تورم غدد لنفاوی نزدیک به ناحیه مبتلا، نشانه‌ای از گسترش عفونت است که نیاز به توجه فوری پزشکی دارد.

عدم بهبود پس از چند روز درمان با آنتی‌بیوتیک‌ها: اگر علائم شما پس از شروع درمان بهبود نیافتند یا بدتر شدند، ممکن است نیاز به تغییر دارو یا روش درمان داشته باشید.

عوارض احتمالی سلولیت

اگر سلولیت به موقع درمان نشود، می‌تواند به عوارض جدی منجر شود:

آبسه: تجمع چرک در یک ناحیه عفونی می‌تواند منجر به تشکیل آبسه شود. این حالت ممکن است نیاز به جراحی و تخلیه داشته باشد.

سپتیسمی: عفونت شدید می‌تواند به جریان خون وارد شده و باعث سپتیسمی (عفونت خون) شود که یک وضعیت اورژانسی و تهدیدکننده حیات است.

گسترش عفونت به استخوان‌ها: سلولیت درمان‌نشده ممکن است به بافت‌های عمیق‌تر و حتی استخوان‌ها (استئومیلیت) گسترش یابد.

نکروز بافتی: در موارد شدید، سلولیت می‌تواند باعث مرگ بافت (نکروز) شود که ممکن است نیاز به جراحی و برداشتن بافت‌های مرده داشته باشد.

اهمیت پیگیری پس از درمان

بعد از درمان اولیه، پیگیری و مراقبت‌های منظم ضروری است:

مراجعه مجدد به پزشک: حتی اگر علائم بهبود یافته‌اند، مراجعه مجدد به پزشک برای اطمینان از درمان کامل عفونت و جلوگیری از عود آن ضروری است.

مراقبت از پوست: پس از بهبود، ادامه مراقبت از پوست ناحیه آسیب‌دیده می‌تواند از بروز مجدد عفونت جلوگیری کند.

پیشگیری از عود: در افرادی که سابقه سلولیت دارند، پیشگیری از عود عفونت اهمیت زیادی دارد. این افراد باید به علائم اولیه توجه ویژه‌ای داشته باشند و در صورت نیاز سریعاً به پزشک مراجعه کنند.