

# خونریزی

۷ تا ۸ درصد وزن بدن را خون تشکیل می‌دهد. بر این اساس در رگهای یک انسان بالغ، به طور متوسط ۵ لیتر خون جریان دارد. خون با چرخش در بدن، اکسیژن و مواد غذایی را به تمامی سلولها می‌رساند و مواد دفعی و زاید را از آنها دور می‌کند. در خونریزی‌های شدید که فرد خون زیادی از دست می‌دهد، کاهش حجم خون می‌تواند زندگی فرد را به خطر بیندازد. در این مطلب با انواع خونریزی‌ها و راه‌های مقابله و کنترل آنها آشنا خواهید شد.

## خونریزی چیست ؟

خونریزی به مواردی از مصدومیت گفته می‌شود که به دنبال صدمه به بافت‌ها و اعضای بدن، دیواره رگهای خونی دچار آسیب شده و خون از درون رگها به بیرون نشت کند. میزان این خونریزی به شدت و نوع آسیب، عمق زخم و همچنین عروق خونی آسیب دیده بستگی دارد.

## انواع خونریزی ( از نظر محل بروز )

### • خونریزی داخلی

در مواردی که آسیب بافت‌ها یا اعضای داخلی باعث نشت خون در درون بدن می‌شود، خونریزی‌های داخلی معمولا به دلیل اینکه دیر تشخیص داده می‌شوند می‌توانند خیلی خطرناک باشند .

### • خونریزی خارجی

اگر مصدومیت باعث آسیب پوست شود خون از محل آسیب دیده رگهای سطحی به بیرون از بدن نشت می‌کند که به آن خونریزی خارجی گفته می‌شود.

## انواع خونریزی ( از نظر آسیب عروقی )

خونریزی ها را از نظر عروق آسیب دیده به سه گروه تقسیم می کنند.

### 1- خونریزی مویرگی

خونریزی مویرگی معمولاً در آسیب های سطحی و خراشیدگی ها مشاهده می شود که بصورت خونریزی قطره قطره مشاهده شده و به همین علت میزان خون از دست رفته کم و ناچیز می باشد.

### 2- خونریزی سیاهرگی (وریدی)

سیاهرگها خون را با فشار کمتری به سمت قلب منتقل میکنند. به همین علت اغلب جریان ثابت و آرامی دارد(جهش ندارد) و رنگ آن قرمز تیره است که با توجه به نوع رگ آسیب دیده امکان دارد خون زیادی از دست برود.

### 3- خونریزی سرخرگی (شریانی)

سرخرگها دیواره های محکمی دارند که خون را تحت فشار زیادی قرار می دهند. بنابراین ، خونریزی سرخرگی اغلب بافشار و شدید است و با هر تپش قلب خون با فوران از زخم خارج می شود و رنگ آن معمولاً قرمز روشن است. خونریزی سرخرگی معمولاً شدید است و از آنجایی که فشار زیادی دارد ، لخته شدن و متوقف شدن به دشواری صورت می گیرد. اگر سرخرگ قطع شده بزرگ باشد، خونریزی می تواند در عرض چند دقیقه بیمار را از پای در آورد.

### \*خونریزی از بینی

خونریزی از رگ های بینی یک عارضه شایع است و مهمترین علت آن خشکی پوشش داخلی بینی و دست کاری بینی می باشد. از علل دیگری که شیوع کمتری دارد میتوان به ضربه خوردن بینی، سرماخوردگی و آلرژی اشاره نمود.

## علائم و نشانه ها

با توجه به اینکه خون یکی از ارکان اصلی حفظ حیات بدن می باشد، با توجه به نوع خونریزی و مقدار خونی که فرد از دست داده است ممکن است علائم ظاهری فرد دچار خونریزی تغییر کند. به طور کلی خطرناک از دست دادن مقدار قابل توجه خون به شرح زیر می باشد:

- تشنگی
- ضعف، بی حالی، بی قراری و پرخاشگری
- احساس سرما و همچنین عرق سرد روی پیشانی
- تنفس های سریع
- تهوع و استفراغ
- خواب آلودگی
- سرگیجه

## \* توصیه های خودمراقبتی در منزل

- از اورژانس ۱۱۵ کمک بخواهید
- ترجیحا از دستکش و وسایل حفاظتی استفاده نمایید تا از انتقال عفونت جلوگیری شود.
- محل زخم را از نظر وجود جسم خارجی مثل چوب، فلز یا هر جسمی که باعث ایجاد آسیب شده است بررسی کنید .
- اگر یک جسم خارجی در زخم وجود دارد آن را خارج نکنید و با قرار دادن گاز یا پارچه در دور جسم، آن را بیحرکت نمایید تا حرکات آن باعث آسیب بیشتر بافت ها نشود.

- اگر جسم خارجی در زخم وجود ندارد محل خونریزی را با گاز استریل یا پارچه تمیز محکم فشار دهید.

- در صورت امکان عضو را بالاتر از سطح بدن نگه دارید.
- اگر خونریزی قطع نشد، بدون برداشتن گاز یا پارچه قبلی ، پارچه یا گاز جدیدی را روی قبلی بگذارید و به فشار آوردن روی محل خونریزی ادامه دهید.
- 
- ترجیحا مصدوم را جاجا نکنید و وی را در حالت استراحت کامل قرار دهید.

### **\*توصیه های لازم در موارد برخورد با قطع عضو**

- هنگام مواجهه با عضو قطع شده و عدم کنترل خونریزی، قسمت بالاتر را با یک پارچه پهن محکم ببندید و با یک میله بیچانید تا کاملا خونریزی قطع گردد.
- عضو قطع شده را درون یک لایه پارچه و سپس درون پلاستیک قرار داده، درب پلاستیک را محکم ببندید و در یک ظرف حاوی آب سرد و چندین قطعه یخ قرار دهید
- در صورت مواجهه با خونریزی از بینی:
- به بیمار توصیه کنید سر خود را به سمت جلو نگه داشته و از طریق دهان نفس بکشد و قسمت بالایی پره های بینی را با هم به مدت ۱۰ تا ۱۵ دقیقه با انگشتان فشار دهد.
- بیمار باید نشسته و در حالت استراحت کامل قرار گیرد تا زمانی که خونریزی متوقف شود
- اگر خونریزی پس از ۱۰ دقیقه فشار دادن ادامه یابد، برای مشاوره و درمان با پزشک یا اورژانس ۱۱۵ تماس بگیرید.

**\*نکته\* در هوای خیلی گرم یا پس از فعالیت شدید ممکن است خونریزی دیرتر متوقف گردد.**

## زمان مراجعه به مرکز درمانی

- اگر خونریزی زخم بعد از ۱۰ دقیقه فشار دادن، بند نیاید.
- اگر زخم، عمیق تر از ۲/۵ سانتیمتر بود.
- اگر زخم، نزدیک چشم بود.
- اگر زخم، وسیع و ناصاف باشد.
- اگر زخم به علت جسمی کثیف ایجاد شده باشد.
- درون زخم، کثیفی و ماسه گیر کرده باشد.
- زخم درد زیادی داشته باشد.
- زخم علائم عفونت را نشان دهد.
- زخم توسط گاز گرفتن یک حیوان و یا انسان ایجاد شده باشد.

## پیگیری و مراقبت های بعدی

در همه خونریزی ها به علت آسیب به بافت و ورود عوامل عفونت زا احتمال گسترش عفونت در محل وجود دارد به همین دلیل تمامی زخم هایی که در بدن بوجود می آید باید بطور مرتب تحت نظر بوده و توسط افراد متخصص (پزشک، پرستار و ..) نسبت به شستشو و تعویض صحیح پانسمان اقدام گردد.

به همین منظور باید زخم بطور مرتب از نظر وجود عفونت بررسی گردد. اگر در اطراف زخم، قرمزی پوست، ورم، ترشح مایع سبز و یا زردرنگ، و یا افزایش گرمی و یا حساسیت مشاهده شد، نشان می دهد زخم عفونت کرده است.



واحد آموزش