

## Proper Wound Cleaning not known.

### ਸਹੀ ਜਖਮ ਸਾਫ ਕਰਨ ਦਾ ਸਾਨੂੰ ਪਤਾ ਨਹੀਂ

ਸਾਨੂੰ ਜਖਮ ਸਾਫ ਕਰਨੇ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੇ, ਹੁਣ ਤੱਕ, ਤਿੰਨ ਮਹੀਨਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਬਹੁਤ ਵਿਗੜੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਤਿੰਨ ਮਰੀਜ਼, ਪੰਜਾਬ ਅਤੇ ਹਰਿਆਣਾ ਤੋਂ ਦੇਖੇ ਹਨ।

ਡਾ: ਬਲਵੰਤ ਸਿੰਘ

---

Clean machine ਕਲੀਨ ਮਸ਼ੀਨ

As you follow these steps, be sure to observe standard precautions and follow your facility's protocols regarding the use of clean or sterile technique.

ਜਿਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਇਕ ਇਕ ਕਦਮ ਅੱਗੇ ਵਧੋਗੇ, ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ, ਕਿ ਵਧੀਆ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਵਰਤੋ ਜੋ ਸਾਫ ਸੁਥਰੀਆਂ ਹੋਣ।

\* Remove the soiled dressing. Roll or lift an edge of the dressing, then gently remove it while supporting the surrounding skin. When possible, remove the dressing in the direction of hair growth.

ਖਰਾਬ ਪਾਟੀ ਹਟਾਓ, ਜਾਂ ਰੋੜ੍ਹ ਕੇ ਜਾਂ ਉੱਪਰ ਵੱਲ ਉਠਾਓ, ਇਕ ਕਿਨਾਰਾ ਫੜਕੇ ਬਹੁਤ ਸਹਿਜ ਨਾਲ ਉਠਾਓ, ਨਾਲ ਲਗਦੀ ਚਮੜੀ ਦੀ ਮੱਦਦ ਲੈਂਦੇ ਹੋਏ। ਹੋ ਸਕੇ ਤਾਂ ਪਾਟੀ ਉਠਾਓ ਜਿਸ ਦਿਸ਼ਾ ਵੱਲ ਵਾਲ ਉਗੇ ਹੋਏ ਹਨ।

\* Inspect the dressing and wound. Note the color, amount, and odor of drainage and necrotic debris.

ਲਾਹੀ ਗਈ ਪਾਟੀ ਦਾ ਅਤੇ ਜਖਮ ਦਾ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮੁਆਇਨਾ ਕਰੋ, ਗਲੇ ਮਾਸ ਦਾ ਚੰਗਾ, ਕਿੰਨੀ ਮਾਤਰਾ, ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਮੁਸ਼ਕ ਅਤੇ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਦਿਖਦਾ ਹੈ।

,\* Clean the wound. Moisten gauze pads either by dipping the pads in wound cleaning solution and wringing out excess or by using a spray bottle to apply solution to the gauze. Move from the least contaminated area to the most contaminated area and use a clean gauze pad for each wipe. To clean a linear-shaped wound, such as an incision, gently wipe from top to bottom in one motion, starting directly over the wound and moving outward. For an open wound, such as

a pressure ulcer, gently wipe in concentric circles, starting directly over the wound and moving outward (see Wound cleaning techniques).

ਜਖਮ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ, ਭਿੰਨੀ ਹੋਈ ਗਾਜ ਪੈਡਾਂ ਨਾਲ, ਇਹਨਾਂ ਪੈਡਾਂ ਨੂੰ ਜਖਮ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਤਰਲਾਂ ਵਿਚ ਪਾਕੇ ਬਾਹਰ ਕਢਕੇ ਨਿਚੋੜ ਲਓ। ਸਾਫ਼ ਖੇਤਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ ਅਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਗੰਦੇ ਜਖਮ ਤੱਕ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਪਹੁੰਚੋ। ਇਕ ਵਾਰੀ ਪੁੰਝਣ ਲਈ ਹਰ ਵਾਰੀ ਨਵਾਂ ਪੈਡ ਲਵੋ। ਸਿੰਧਾ ਜਖਮ ਜੋ ਚਾਕੂ ਨਾਲ ਕਟਿਆ ਗਿਆ ਹੋਵੇ, ਬਹੁਤ ਖਿਆਲ ਨਾਲ ਉਪਰੋਂ ਥੱਲੇ ਨੂੰ ਇਕੋ ਵਾਰ ਵਿੱਚ ਲਿਆਓ। ਜਖਮ ਤੋਂ ਉਪਰੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਕੇ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਬਾਹਰ ਨੂੰ ਜਾਓ। ਖੁਲੇ ਜਖਮਾਂ ਲਈ, ਜਿਵੇਂ ਛਾਲਾ ਆਦਿ, ਗੋਲਾਈ ਆਕਾਰ ਵਿੱਚ ਘੁਮਾਓ ਅੰਦਰੋਂ ਬਾਹਰ ਚੱਕਰਾਂ ਵਿੱਚ ਘੁਮਾ ਕੇ ਜਾਂਦੇ ਰਹੋ।

The type of cleaning agent you'll use depends on the wound type and characteristics. Sterile 0.9% sodium chloride solution is the most commonly used cleaning agent. It provides a moist environment, promotes granulation tissue formation, and causes minimal fluid shifts in healthy adults. Antiseptic solutions, such as chlorhexidine, povidone-iodine, and hydrogen peroxide, are sometimes used to clean infected or newly contaminated wounds. Be aware that antiseptic solutions may damage healthy tissue and delay wound healing.

ਕਿਹੜੇ ਜਖਮ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਏਜੈਂਟ ਵਰਤਣੇ ਹਨ ਉਹ ਨਿਰਭਰ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਜਖਮ ਕਿਹੋ ਜਿਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਈਆਂ ਹਨ। ਜਰਮ ਰਹਿਤ, 0.9 % ਸੋਡੀਅਮ ਕਲੋਰਾਈਡ ਮਿਸ਼ਰਣ ਹੀ ਸਭ ਤੋਂ ਜਿਆਦਾ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਨਮੀ ਭਰਪੂਰ ਵਾਤਾਵਰਣ ਬਣਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਜਖਮਾਂ ਦੇ ਆਰਾਮ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਨਵੀਆਂ ਖੂਨ ਦੀਆਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਮਾਸ ਜੋ ਮੱਦਦ ਗਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਨੂੰ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਇਹ ਮਿਸ਼ਰਣ ਬਾਹਰ ਨਹੀਂ ਖਿੱਚਦਾ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਜਖਮ ਜਲਦੀ ਠੀਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਐਂਟੀਸੈਪਟਿਕ ਸਲੂਸ਼ਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਲੋਰਹੈਕਸੀਡੀਨ, ਪੋਵੀਡੀਨ ਆਇਓਡੀਨ ਅਤੇ ਹਾਈਡਰੋਜਨ ਪਰਓਕਸਾਈਡ ਜਿਹੜੇ, ਗੰਦੇ ਜਖਮਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਇਹ ਖਤਰਨਾਕ ਹਨ। ਕਿਉਂਕਿ ਨਿਰੋਗ ਮਾਸ ਨੂੰ ਖਰਾਬ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜਖਮਾਂ ਨੂੰ ਜਲਦੀ ਆਰਾਮ ਨਹੀਂ ਆਉਣ ਦਿੰਦੇ।

{ ਬਦਕਿਸਮਤੀ ਨਾਲ ਇਹ ਏਜੈਂਟ ਖੁਲ੍ਹ ਕੇ ਵਰਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ, ਇਸੇ ਕਰਕੇ, ਦਾਸ ਨੇ, ਕਈ ਕੇਸ, ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਵਰਤਣ ਨਾਲ, ਖਰਾਬ ਹੋਏ ਜਖਮ ਦੇਖੇ ਹਨ। ਜਿਥੇ ਬਾਰ ਬਾਰ ਸਕਿਨ ਗਰਾਫਟਿੰਗ ਫੇਲੂ ਹੋਈ ਹੈਈ ਹੈ, ਓਥੇ, ਨੌਬਤ ਲੱਤਾਂ ਨੂੰ ਕੱਟਣ ਤੱਕ ਆ ਗਈ ਸੀ। ਆਖਿਰ ਇਹ ਕਿਉਂ? }

\* Dry the wound. Using the same procedure as for cleaning a wound, dry the wound using dry gauze pads.

ਖੁਸ਼ਕ ਜਖਮਾਂ ਵਾਸਤੇ: ਉਹੋ ਤਰੀਕਾ ਵਧੀਆ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਜਖਮ ਜਲਦੀ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸੁੱਕੇ ਗਾਜ਼ ਪੈਡ ਵਰਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

\* Reassess the condition of the skin and wound. Note the character of the clean wound bed and surrounding skin.

ਦੁਬਾਰਾ ਜਖਮਾਂ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਦੇਖੋ ਕਿ, ਜਖਮ ਦੇ ਅੰਦਰ ਡੂੰਘੀ ਸਤਹ ਕਿਹੋ ਜਿਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਆਸੇ ਪਾਸੇ ਚਮੜੀ ਦਾ ਕੀ ਹਾਲ ਹੈ।

\* Pack or dress the wound as ordered. See Choosing a dressing for questions you can ask yourself to find the ideal dressing for your patient's wound.

ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਕਹਿਣ ਅਨੁਸਾਰ ਹੀ ਕਰੋ। ਕਿਹੜੀ ਪੱਟੀ ਕਰਨੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਦੋ ਕਰਨੀ ਹੈ ਇਹ ਡਾਕਟਰ ਤੇ ਹੀ ਛੱਡ ਦਿਓ।

Got the basics covered

ਮੁਢਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸਿੱਖ ਲਈਆ ਹਨ।

Basic wound care centers on cleaning and dressing the wound. And now you have a better understanding of the fundamental wound cleaning techniques.

ਜਖਮਾਂ ਦਾ ਕਿਵੇਂ ਖਿਆਲ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਮੂਲ ਤੌਰ ਤੇ ਜਾਣ ਲਿਆ ਹੈ।

Picturing wound cleaning ਜਖਮ ਸਾਫ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ



Figure. Removing the soiled dressing

Figure 1 ਗੰਦੀ ਪਾਟੀ ਬਦਲਦੇ ਹੋਏ



Figure. Inspecting the dressing and wound

Figure 2 ਜਖਮਾਂ ਅਤੇ ਪਾਟੀ ਦਾ ਨਿਰੀਖਣ ਕਰਦੇ ਹੋਏ



Figure. Cleaning the wound

Figure 3 ਜਖਮ ਸਾਫ ਕਰਦੇ ਹੋਏ।

Wound cleaning techniques ਜਖਮ ਸਾਫ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ

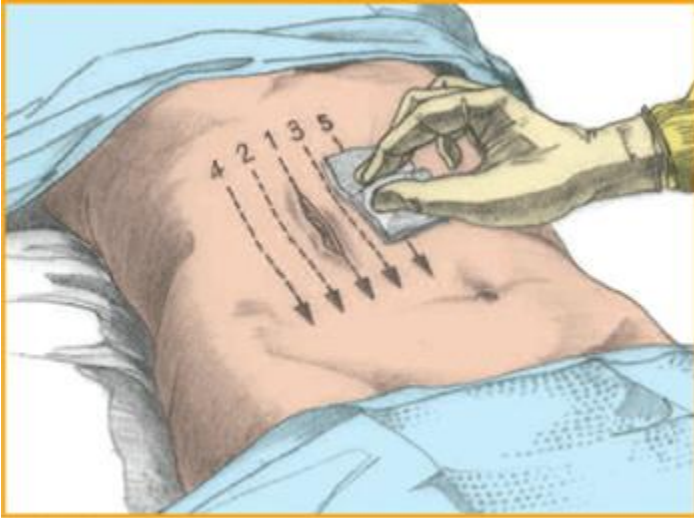


Figure. Technique for a linear-shaped wound

Figure 4 ਸਿੱਧੀ ਲਾਈਨ ਵਿੱਚ ਜਖਮਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਦਾ ਤਰੀਕਾ

To clean a linear-shaped wound (such as an incision), gently wipe from top to bottom in one motion, starting directly over the wound and moving outward, as shown above.

ਸਿੱਧੀ ਲਾਈਨ ਵਰਗੇ ਜਖਮਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਲਈ, ਨਰਮ ਜਿਹਾ, ਉੱਪਰੋਂ ਥੱਲੇ ਨੂੰ ਇਕੋ ਵਾਰ ਵਿੱਚ ਪੂੰਝੋ। ਬਿਲਕੁਲ ਜਖਮ ਦੇ ਉੱਪਰੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ, ਵਾਰੀ ਵਾਰੀ ਬਾਹਰ ਵੱਲ ਜਾਓ ਜਿਵੇਂ ਦਰਸਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ।

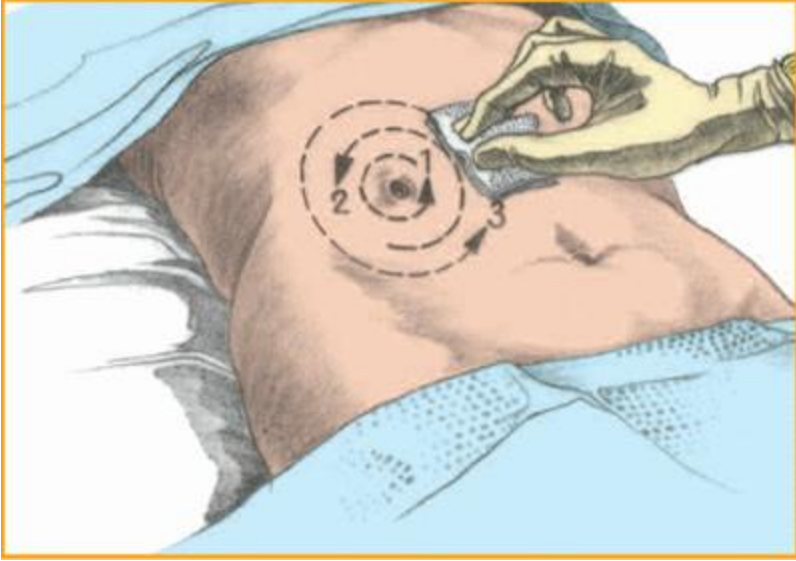


Figure. Technique for an open wound

Figure 5 ਖੁਲ੍ਹੇ ਮੂੰਹ ਵਾਲੇ ਜਖਮ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਦਾ ਤਰੀਕਾ

For an open wound (such as a pressure ulcer), gently wipe in concentric circles, starting directly over the wound and moving outward, as shown above.

ਖੁਲ੍ਹੇ ਮੂੰਹ ਵਾਲੇ ਜਖਮ, ਜਿਵੇਂ, ਸਖਤ ਜੋਰ ਨਾਲ ਦਾ ਬਣ ਕਾਰਨ ਹੋਇਆ ਜਖਮ, ਬਹੁਤ ਹਲਕੇ ਜਿਹੇ ਦਬਾਅ ਨਾਲ, ਬਿਲਕੁਲ ਮੱਧ ਤੋਂ ਗੋਲ ਦਾਇਰਾ ਵਿੱਚ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ ਅਤੇ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਬਾਹਰ ਵੱਲ ਵਧੋ।