

آنچه باید از مراقبت بعد از کرایوتراپی بدانید، به شما در شناخت بسیاری از نکات مراقبتی بعد از کرایوتراپی زگیل کمک می کند. این نکات توسط پزشک و پرستار به شما توصیه می شود. مراقبت هایی که بیشتر بهداشتی هستند و با رعایت آنها می توان به بهبودی زخم و تاول کمک کرد. از نحوه شستشو گرفته تا استفاده از پماد بعد از کرایو، نکاتی هستند که باید به صورت روزانه به آنها توجه کنید. در کرایوتراپی، از یک مایع بسیار سرد به نام نیتروژن مایع برای منجمد کردن ضایعاتی از جمله زگیل ها استفاده می شود، ولی فقط محدود به آنها نمی شود.

### بعد از کرایوتراپی چه اتفاقی می افتد؟

بعد از کرایوتراپی زگیل، پوست قرمز می شود و ممکن است تاول بزند. همچنین ممکن است ناحیه ای که کرایوتراپی شده متورم شود. علاوه بر این ممکن است شاهد ترشحاتی از زخم ها باشید. این روند ۷ الی ۱۰ روز ادامه پیدا می کند و بعد از آن هیچ اثری از زخم، التهاب و تاول باقی نمی ماند .

همچنین بعد از کرایوتراپی ممکن است بخشی از موهای آن ناحیه بسوزد و به طور دائمی از بین برود. علاوه بر تغییرات پوستی و آثار لک که ممکن است پس از مدتی از بین بروند و یا به طور دائمی روی پوست شما بمانند.

### تاول ها را دستکاری نکنید

تاول بعد از کرایوتراپی زگیل امری کاملاً طبیعی است. چرا که زگیل های تناسلی را با دمای ۱۰۰ درجه زیر صفر می سوزانند. این تاول ها را به هیچ عنوان دستکاری نکنید و نترکانید. چرا که ویروس هنوز در آن ناحیه وجود دارد و به طور کامل از بین نرفته است. با دستکاری تاول ها درصد بهبودی بعد از کرایوتراپی کردن زگیل کمتر می شود. در صورت ترکیدن تاول بعد از کرایو، فقط کافی است آن ناحیه را استریل کنید.

### شستشو بعد از کرایوتراپی

یک نکته مهم در مراقبت بعد از کرایوتراپی، شستشوی زخم ها است. ناحیه کرایوتراپی شده را روزانه با آب گرم و صابون بچه تمیز کنید. صابون بچه از عطر و مواد مضر کمتری برای زخم برخوردار است. به همین دلیل اکثر پزشکان استفاده از آن را برای شستشوی زخم بعد از عمل و درمان توصیه می کنند.

### استفاده از وازلین و پماد زینک اکساید بعد از

#### کرایو

استفاده از پماد زینک اکساید بعد از کرایوتراپی، تاول ها را بهبود می دهد. این پماد را هر ۸ ساعت یا هر ۱۲ ساعت روی پوست بمالید. بهتر است پیش از هر کاری، زخم ها را به خوبی شسته و تمیز کنید.

همچنین استفاده از وازلین بعد از کرایوتراپی برای ۲ هفته توصیه می شود. وازلین به پوست شما کمک می کند، خشک و پوسته پوسته نشود. سعی کنید بطور مرتب این نواحی را چرب کنید.

### پس از شستشو اجازه دهید زخم ها خشک شوند

برای درمان زخم ها بعد از کرایوتراپی زگیل تناسلی، بهتر است پس از شستشو روی زخم ها پانسمانی قرار ندهید. اجازه دهید زخم ها به طور کامل خشک شوند و پس از آن، آنها را پانسمان کنید.

### استفاده از گاز استریل برای مقابله با خونریزی

برخی افراد پس از کرایوتراپی زگیل ممکن است دچار خونریزی شوند. برای متوقف کردن خونریزی از یک گاز استریل استفاده کنید. گاز استریل را روی محل خونریزی قرار دهید و آن را به مدت ۱۵ دقیقه فشار دهید تا



دانشگاه علوم پزشکی شیراز



مرکز آموزشی درمانی شهید دکتر فقیهی

## آنچه که باید در مورد مراقبت بعد از

### کرایوتراپی بدانید

ویژه آموزش به بیمار

### تهیه کننده:

افسون توفیق - کارشناس ارشد پرستاری

### تایید کننده:

دکتر مریم السادات ساداتی - متخصص پوست و مو

### منابع:

- [dermnetnz.org/topics/cryotherapy](http://dermnetnz.org/topics/cryotherapy)
- Clebak KT, Mendez-Miller M, Croad J. Cutaneous Cryosurgery for Common Skin Conditions. Am Fam Physician. 2020;101(7):399-406

پاییز ۱۴۰۳

EDU-PT319/A

### موارد اورژانسی در مراقبت بعد از کرایوتراپی

با رعایت نکات مراقبت بعد از کرایو، زخم های شما خیلی زود و در طی ۷ روز الی ۱۴ روز خوب خواهند شد. با این حال موارد اورژانسی هم وجود دارد که باید برای آنها به پزشک مراجعه کرد. این موارد به ترتیب عبارتند از:

- تب بالای ۳۸ درجه سانتی گراد
- تب و لرز و احساس سرما
- گسترش تورم به نواحی غیر ویروسی
- افزایش میزان درد در ناحیه کرایوتراپی شده
- ترشح بسیار زیاد مایع زرد و سبز بدبو از زخم ها که نشانه عفونت است.

خونریزی متوقف شود. اگر خونریزی متوقف نشد، مجدداً با گاز استریل دیگر این کار را تکرار کنید. در نهایت و در صورت متوقف نشدن خونریزی فوراً پزشک خود را جریان بگذارید.

### از مواد آرایشی و لوسیون استفاده نکنید

یکی از نکات مراقبت های بعد از کرایوتراپی زگیل شامل استفاده نکردن از لوسیون و کرم های آرایشی در ناحیه تحت درمان است. بهتر است به مدت دو هفته الی ۲۰ روز از هیچ لوسیون یا مواد آرایشی در این نواحی استفاده نکنید.

بعد از کرایو از لوسیون و کرم های آرایشی برای زخم و تاول استفاده نکنید.

پس از بهبودی کامل می توانید روی نواحی کرایوتراپی شده، از ضدآفتاب استفاده کنید.

### از برقراری رابطه جنسی خودداری کنید

مراقبت بعد از کرایوتراپی شامل خودداری از برقراری رابطه جنسی نیز می باشد. بهتر است تا مدتی پس از کرایوتراپی با شریک جنسی خود رابطه جنسی برقرار نکنید. چون ویروس زگیل در ناحیه کرایوتراپی شده وجود دارد و امکان انتشار آن بالاست. تا اطمینان از بهبودی کامل و تا دو هفته هیچ رابطه جنسی نداشته باشید.