



وزارة الصحة  
Ministry of Health

## إرشادات عامة للعناية بالحروق



### افعل



استخدام واقي  
شمسي



استخدام مرطبات الجلد  
الخالية من اللانولين والكحول



الاستحمام بدرجة  
حرارة معتدلة



الحركة بشكل  
معتدل لتحريك  
الدورة الدموية



الجلوس ورفع الساقين  
في حال تغير لون  
الجلد بعد المشي



ارتداء الملابس  
الدافئة



الالتزام بتعليمات  
الأدوية وتغطية الجروح  
قبل الاستحمام

### لا تفعل



تعريض المنطقة  
المصابة للشمس



حك المنطقة  
المصابة



الدخول في حوض  
الاستحمام



لبس الملابس والأحذية  
الضيقة التي تسبب  
ضغط وتقرح للجلد



تعريض المنطقة  
المصابة للحروق  
والأدوات الحادة



فرك الجسم بقوة  
أثناء الاستحمام



وزارة الصحة  
Ministry of Health

## متى تجب رؤية الطبيب



إذا استمر تورم  
الساقين وتغير لون  
القدمين.



عند مواجهة  
صعوبة في  
مواجهة الحكة.



عند ظهور الفقاعات  
الناجمة بسبب الاحتكاك  
أو الفرك أو الضربات.

## ملاحظة



من الطبيعي ظهور  
ندبات وتغيرات في  
لون الجلد في مرحلة  
التشافي.