**کمک های اولیه در سوختگی**

1- بلافاصله فرد را از منبع گرما دور کنید تا از سوختن بیشتر جلوگیری کنید.
۲-در صورتی که منبع ایجاد حریق ، نیروی الکتریسیته و برق باشد ، با قطع سریع کلیدهای قطع کننده ( از جمله دژنکتور یا سکسیونر فوزیبل دار،کلیدهای فشارضعیف ، کنتور برق ، کلید برق منازل و یا جدا کردن دو شاخه از پریز) تماس مصدوم با منبع برق را قطع کنید.
۳-محل سوختگی را با آب خنک و تمیز حداقل به مدت ۲۰ دقیقه شستشو دهید تا دمای ناحیه سوختگی پایین بیاید. توجه داشته باشید شستشو با آب خنک، عمق سوختگی را کاهش می دهد. در سوختگی هایی با وسعت و شدت زیاد فرد یا اعضای بدن او را درون آب فرو نبرید زیرا باعث ایجاد شوک در فرد می شود.
۴- هرگز برای سرد کردن محل سوختگی از یخ استفاده نکنید.استفاده از یخ بدلیل سرد کردن موضع و کاهش خونرسانی ، میزان آسیب به بافت را افزایش می دهد.
۵-لباسهای مستعد آتش سوزی را درآورید و لباسهای چسبیده به محل زخم را هرگز جدا نکرده و با بریدن لباسهای اطراف زخم آنرا از تن مصدوم خارج نمائید.
۶-اگر سوختگی ناشی از مواد شیمیایی است، به فوریت به اورژانس اطلاع دهید و سعی کنید با احتیاط مواد شیمیایی و هرگونه لباس آلوده را از فرد دور نمائید و با استفاده از آب تمیز منطقه آسیب دیده را از مواد شیمیایی بشویید.
توجه : در کمک رسانی به این مصدومین از دستکش استفاده نمائید و مراقب باشید لباس یا بدنتان با مواد شیمیایی تماس نداشته باشد.
۷-ساعت،انگشتر و زیورآلات را به آرامی خارج کنید. این کار را قبل از ایجاد تورم انجام دهید.
۸-مصدوم را روی سطحی از بدن که سوختگی ندارد یا کمترین سطح سوختگی را دارد بخوابانید. اگر صورت یا چشم سوخته است، به جای اینکه فرد دراز بکشد بهتر است بنشیند زیرا این کار به کاهش تورم کمک می کند.همچنین در سوختگی های شدید عضو سوخته را بالاتر از سطح قلب قرار دهید.
۹-هرگز روی محل سوختگی از کرم یا مواد روغنی ، خمیردندان، سفیده تخم مرغ ، عسل و... استفاده نکنید.زیرا مواد مذکور باعث ایجاد عفونت در محل سوختگی می شوند.
۱۰-روی محل سوختگی مواد ضدعفونی کننده نریزید.
۱۱-  اگر مصدوم قادر به نوشیدن است ، به او مایعات بنوشانید.
۱۲-به تاول ها دست نزنید.
۱۳-در سوختگی با قیر ، هرگز قیر را برندارید فقط محل سوختگی را با آب سرد شستشو دهید.
۱۴-محل سوختگی را با پانسمان مرطوب و ترجیحا استریل و در نبود آن با حوله تمیز مرطوب بپوشانید.

۱۵-در سوختگی های ذیل باید به مراکز درمانی مراجعه نمود:
سوختگی صورت
استنشاق دود یا بخار داغ
سوختگی اندام‌های تناسلی
سوختگی‌های بزرگ یا عمیق(سوختگی هایی با ابعاد بزرگتر از ۷ سانتی متر ، ظاهرسیاه و زغالی شدن ، چرمی شدن ، سفید و مومی شدن پوست و همچنین ایجاد تاول)
سوختگی روی مفاصل مانند زانو، مچ پا، ستون فقرات، شانه ها، مچ دست ،آرنج و ساعد
دچار شوک‌شدن فرد حادثه‌دیده(ضربان نامنظم قلب ،تنفس سریع و کم عمق ،گیجی،حالت تهوع،تشنگی و خشکی دهان،درد قفسه سینه،سبکی سر ، گشاد شدن مردمک ها)
سوختگی‌ ناشی از مواد شیمیایی
سوختگی های ناشی از جریان الکتریکی
سوختگی اطفال زیر ۵ سال، زنان باردار و افراد مسن
سابقه بیماری مهمی مانند بیماری قلبی، ریوی، کبدی یا دیابت در فرد حادثه‌دیده
ایجاد عفونت در محل سوختگی (ایجاد تورم ،قرمزی ، درد زیاد وترشحات از محل سوختگی)

در صورت بروز شوک ، سوختگی های شیمیایی ، الکتریکی و یا نیاز به دریافت مشاوره تخصصی در هنگام وقوع سوختگی ، با ۱۱۵ تماس بگیرید تا رسیدن نیروهای حرفه ای ، مطابق راهنمایی های مرکز اورژانس کمک های اولیه را ارائه دهید.