

طبيب يحذر: لا تستخدم الماء البارد على الحروق



السبت 12 سبتمبر 2026 07:30 م

على الرغم من أن الكثيرين قد يعتقدون أن وضع الماء البارد على الحروق هو الحل الأمثل، إلا أن الدكتور أمير خان، طبيب الرعاية الأولية بهيئة الخدمات الصحية الوطنية البريطانية يحذر من أن ذلك "من أسوأ ما يمكن فعله لعلاج الحروق".

وأوضح خان: "قد يميل البعض إلى وضع الحروق تحت الماء البارد، لكن في الحقيقة، الماء البارد من أسوأ ما يمكن فعله للحروق"، محذراً من أن الماء البارد "يسبب انقباض الأوعية الدموية، مما يقلل تدفق الدم إلى موضع الحرق ويُعيق عملية الشفاء".

وكشف عن أفضل طريقة للقيام بذلك، قائلاً: "من المفترض أن يتم تشغيله تحت الماء، ولكن يجب أن يكون الماء بارداً نوعاً ما، دافئاً نوعاً ما، أي ليس ساخناً ولا بارداً، بل بارداً نوعاً ما".

واعتبر أنه من الأفضل القيام بذلك لمدة 20 دقيقة، لأن "هذا ما يخفف الحرق ولا تريد أن يكون بارداً جداً كما قلت، أنت تريد تدفق الدم كثير من الناس يرتكبون هذا الخطأ".

ماذا تفعل في حالة الإصابة بحروق؟

تؤكد هيئة الخدمات الصحية الوطنية ب بريطانيا على ضرورة معالجة جميع الحروق واللسعات فوراً وتوصي بوضع الحرق أو اللسعة تحت الماء البارد الجاري لمدة 20 دقيقة يجب القيام بذلك في أسرع وقت ممكن، خلال ثلاث ساعات من الإصابة

إذا لم يتوفر لديك ماء جارٍ، يمكنك استخدام ماء معبأ بارداً أو منشفة رطبة انزع أي ملابس أو مجوهرات قريبة من منطقة الحرق، ولكن لا تنزع أي شيء ملتصق بالحرق بمجرد أن يبرد الحرق، غطّه بغلاف بلاستيكي إن أمكن، مع الحرص على عدم لفه حوله بالكامل

وتضيف: "يمكن في كثير من الأحيان علاج الحروق الصغيرة في المنزل، وقد يستغرق شفاؤها حوالي أسبوعين أما الحروق الشديدة والعميقة فقد تتطلب العلاج في المستشفى". وقد يشمل العلاج في المستشفى ما يلي:

الأدوية، مثل المضادات الحيوية أو مسكنات الألم

تنظيف الحروق أو الحرق وتضميدها

إعطاء السوائل، عادةً عن طريق الوريد في الذراع

الجراحة، والتي قد تُجرى لإصلاح الجرح أو لإعادة بناء الجلد التالف