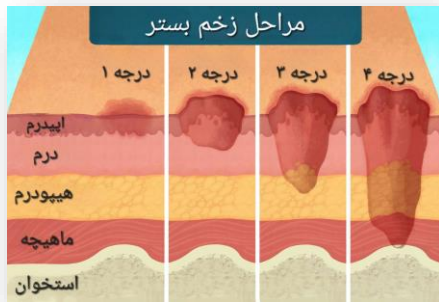


موضوع:

مراقبت از زخم بستر



تهیه و تنظیم:

واحد آموزش سلامت

مرکز آموزشی درمانی بو علی سینا

تابستان ۱۴۰۳

- ✓ بیمار را ماساژ پشت دهید، از مالش بیش از حد روی هر عضو به خصوص برجستگی ها اجتناب نمایید، نواحی قرمز شده را ماساژ ندهید بلکه اطراف آن را ماساژ دهید
- ✓ در صورت بی اختیاری ادرار ، علل آن را بررسی و معالجه کنید.
- ✓ جهت حفاظت از پوست بیمار دچار بی اختیاری ، پس از شست و شو و خشک کردن ناحیه پرینه، کشاله ران و باتکس، طبق دستور پزشک از یک لایه نازک پماد استفاده شود (روی نواحی قرمز شده نباید پماد زده شود)
- ✓ از پدهای جاذب که سطح آغشته به ادرار را زود تمیز و خشک نماید، استفاده کنید.
- ✓ از روغن یا پوشش های حمایتی استفاده نمایید.
- ✓ می توانید برای کاهش سطح فشار از بالشتک پر روی برجستگی های استخوانی، مثل قوزک پا و زانوها استفاده کنید.
- ✓ توجه نمایید بیمار تغذیه ی سالمی داشته باشد، رعایت تعادل ویتامین، پروتئین و استفاده از مکمل های غذایی به بهبود زخم کمک می نماید
- ✓ از مایعات به اندازه کافی استفاده نمایید.
- ✓ برای پیشگیری از زخم فشاری، تشک موج و تغییر وضعیت(حداقل هر سه ساعت یکبار) به توزیع وزن و جلوگیری از زخم بستر کمک می نماید.
- ✓ جهت بالا کشیدن بیمار در تخت از ملحفه ی زیر بیمار استفاده شود و بیمار روی تخت کشیده نشود
- ✓ بیمارانی که هوشیاری دارند و می تونند بنشینند، هر ۱۵ دقیقه لازم است وزن خود را روی قسمتی از بدن بیندازند.
- در صورتی که زخم بستر با مراقبت های معمول درمان نشود و یا ترمیم آن به کندی صورت گیرد مراجعه به پزشک ضروری است

عوارض زخم بستر:

- بعد از تشکیل زخم بستر پس از مدتی عوارضی ایجاد میشود که مهمترین آنها عبارتند از:
- ✓ **عفونت پوست:** پوست زخم شده پس از مدتی به علت رشد میکروب ها عفونی میشود. ترشحاتی از زخم خارج شده و زخم بسیار بد بو میگردد.
- ✓ **عفونت استخوان و مفصل:** عفونت پوست میتواند به استخوان و یا مفصل زیر آن گسترش یافته و موجب بروز عفونت در آنها شود.
- ✓ **عفونت خون:** باکتری هایی که در محل زخم بستر شروع به رشد و تکثیر میکنند میتوانند به جریان خون وارد شده و موجب عفونت سراسری در بدن و مرگ بیمار شوند.
- ✓ **سرطان:** اگر زخم بستر به مدت طولانی باقی بماند ممکن است در پوست آن محل نوعی سرطان پوست به نام Squamous cell carcinoma ایجاد شود

درمان:

در زخم بستر پیشگیری به درمان ارجحیت دارد

پیشگیری:

- ✓ تعداد دفعات حمام را افزایش دهید
- ✓ از شوینده های ملایم استفاده کنید
- ✓ از آب بیش از حد داغ جهت استحمام پرهیز کنید
- ✓ دقت کنید ملحفه ها را مرتب تعویض نمایید و ملحفه ها خیس و چروک نباشد.

زخم بستر:

زخم بستر (Bedsore) یا زخم فشاری (Pressure ulcer) به آسیب یا از بین رفتن تمامیت پوستی در اثر فشار طولانی مدت بر یک یا چند ناحیه از بدن گفته می‌شود. زخم بستر اغلب در نقاطی از بدن که پوست بر روی برجستگی استخوانی قرار دارد و ذخیره بافت چربی و بافت عضلانی در آنجا کم است نظیر ساکروم (استخوان دنبالچه) تشکیل می‌شود.



علت زخم فشاری این است که به علت فشرده شدن ممتد پوست بین برجستگی استخوانی زیرین از یک طرف و سطح بستر از طرف دیگر مویرگ های تغذیه کننده پوست مسدود میشوند و تا وقتی فشار برقرار است این مویرگ ها بسته میمانند. در یک انسان سالم، فرد در هنگام خواب بطور غیر ارادی مرتباً وضعیت خود را عوض میکند و به این ترتیب محل هایی از پوست را که زیر فشار قرار میگیرند را مرتباً تغییر میدهد و به این ترتیب اجازه میدهد که بطور مکرر به همه قسمت های پوست زیر بدن خون برسد. اما در یک فرد بیمار این مکانیسم خوب کار نمیکنند. بیمار مدت های طولانی در یک وضعیت ثابت دراز میکشد. نتیجه آن است که پوست قسمتی که مدت طولانی بدون جریان خون مانده است قطع شده و آن قسمت از پوست از بین می رود.

عوامل خطر:

- ✓ بی حرکتی
- ✓ فشار طولانی بر روی عضو
- ✓ خراشیدن زخم قبلی
- ✓ عفونت های قبلی
- ✓ بیماران با کاهش درک حسی
- ✓ بیماران با کاهش سطح هوشیاری
- ✓ بیمارانی که وسایل کششی، آتل و دیگر وسایل ارتوپدی دارند
- ✓ بی اختیاری (ادرار، مدفوع، رطوبت بدن)
- ✓ تعریق زیاد
- ✓ فاکتورهای داخلی (سن، بیماری زمینه ای، سوء تغذیه و ...)

زخم بستر در چه محل هایی بیشتر دیده می شود

در کسانی که مدت زیادی در بستر در حالت درازکش به پشت قرار گرفته اند زخم بستر بیشتر در نواحی زیر دیده میشود:

- ✓ پشت سر
- ✓ پشت استخوان های کتف
- ✓ پشت استخوان خاجی درست بین دو برجستگی باسن
- ✓ پشت پاشنه

در کسانی که مدت زیادی در حالت درازکش به شانه قرار گرفته اند زخم بستر ممکن است در نواحی زیر دیده شود:

- ✓ کناره های سر
- ✓ گوشه لاله گوش
- ✓ روی برجستگی کناری لگن (تروکانتر بزرگ)
- ✓ روی برجستگی کناری زانو (پوست روی سر استخوان نازک نی)
- ✓ روی پوست قوزک خارجی

در کسانی که مدت زیادی در ویلچر میشینند زخم بستر میتواند در محل های زیر تشکیل شود:

- ✓ پشت استخوان خاجی درست بین دو برجستگی باسن یا روی برجستگی باسن
- ✓ پشت استخوان های کتف یا ستون مهره
- ✓ پوست روی ساعد یا ران در جاییکه روی صندلی تکیه میدهند

