

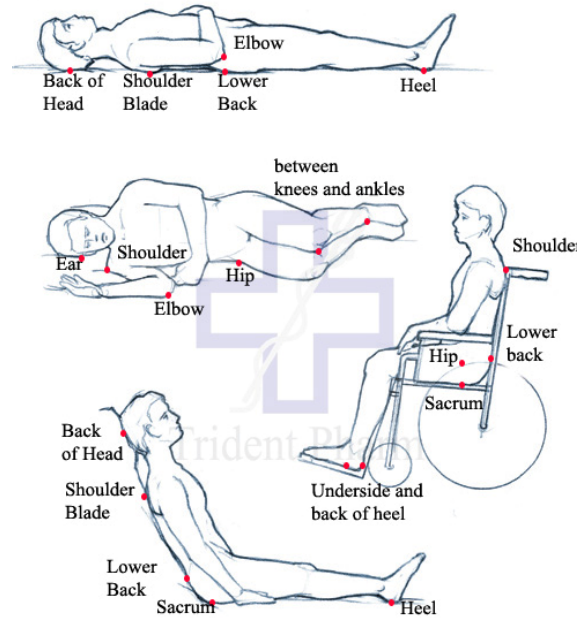
زخم بستر چیست؟

زخمیست که در اثر خوابیدن در بستر به مدت طولانی و تحت فشار قرار گرفتن بافت های نرم بخصوص بر روی برجستگی های استخوانی ایجاد می شود.

علل ایجاد زخم بستر:

۱. قرار گرفتن در یک وضعیت به مدت طولانی
۲. تا شدن اعضا بخصوص زمانیکه سر تخت بیش از ۳۰ درجه بالا آورده شود.
۳. سر خوردن و اصطکاک بدن روی ملحفه تخت.
۴. رطوبت بیش از حد پوست عواملی که باعث رطوبت پوست می شود مثل بی اختیاری ادرار و تعریق.
۵. سوء تغذیه بخصوص زمانیکه بیمار به مدت طولانی ناشتا باشد.
۶. بی اختیاری ادرار و مدفوع بخصوص عدم کنترل دفع مدفوع.

Common Location of Pressure Ulcers



عوامل خطر زا و مداخلات لازم جهت پیشگیری از بروز زخم بستر:

۱. بی حرکتی:
- حداقل هر دو ساعت یکبار باید به بیمار تغییر وضعیت داد و جهت جلوگیری از فشار بر روی نقاط برجسته استخوانی می توان از بالش بین پاها و در اطراف بیمار استفاده نمود. نقاطی که بیشتر از همه قسمت های بدن مستعد زخم هستند مثل استخوان خاجی- باسن، برجستگی های دو طرف لگن و پاشنه های پا، که در صورت مشاهده تغییر رنگ در این

نقاط که به رنگ صورتی یا قرمز در آمده باید تغییر وضعیت را در این نقاط بیشتر نمود.

- جهت بالا کشیدن بیمار در تخت از یک ملافه در زیر بیمار استفاده کرده و با استفاده از این ملافه بیمار را جابجا می کنیم. بیمار هرگز روی تخت کشیده نشود.
- استفاده از تشک های بادی و موج که امروزه انواع مختلف آن در بازار موجود است.
- ۲. عدم فعالیت:
- انجام ورزش های پاسیو (غیر فعال) به خصوص در ناحیه پاها. این کار توسط همراهان بیمار انجام شده و اگر بیمار قادر باشد باید به او گفته می شود که در تخت مرتب دست ها و پاها را حرکت دهد.
- ۳. بی اختیاری:
- بعد از هر بار اجابت مزاج و یا دفع ادرار حتماً نقاط مربوط شسته و خشک شود. جهت جلوگیری از التهاب و قرمزی در این نقاط می توان از پماد های ضد التهاب این نقاط که در بازار موجود می باشد استفاده کرد.
- ۴. سوء تغذیه:
- فراهم کردن تغذیه و مایعات به میزان کافی.



سازمان تاسمین اجتماعی

بیمارستان شهید دکتر لبافی نژاد

چگونگی مراقبت از زخم فشاری

(زخم بستر)



نشریه شماره ۵۳

شماره تماس: ۲۳۶۰۱

در صورت ایجاد زخم بستر می توان از پانسمان های آماده که در بازار موجود می باشند استفاده نمود. جهت استفاده از این پانسمان ها حتماً با پزشک معالج بیمار یا متخصصین که در ارتباط با زخم بستر می باشند مشورت نمائید.

برخی از نقاط بدن مانند پشت سر، شانه ها، ستون مهره ها، قوزک پا، پاشنه پا، در کنج ناحیه استخوان خاجی- باسن مستعد زخم می باشد. باید بطور مرتب هر روز این نقاط بررسی شود.

• مشورت با یک متخصص تغذیه به منظور ارزیابی وضعیت تغذیه بیمار که مواد غذایی اصلی مانند پروتئین- کربوهیدرات- ویتامین ها - چربی باید در رژیم غذایی بیمار گنجانده شود.

چه اقداماتی در مواجهه با زخم بستر باید انجام شود:

۱. هر ماده شیمیایی که برای چشم زیان آور است برای زخم فشاری هم زیان آور است.

بنابراین جهت شستشوی زخم بستر به عنوان مثال از بتادین یا الکل استفاده نکنید. تنها محلول قابل استفاده سرم نمکی یا نرمال سالین ۰/۹٪ می باشد.

۲. نواحی قرمز شده روی سطوح استخوانی را فشار ندهید بلکه اطراف آنها را ماساژ دهید.

۳. استفاده از پانسمان های آماده بر روی نواحی قرمز که مستعد زخم بستر می باشند تا از ایجاد زخم بستر جلوگیری شود. این پانسمان ها در بازار موجود می باشد.

به روی نواحی قرمز شده از پماد هایی نظیر پماد اکسید دو زنگ استفاده نمائید. فقط می توان جهت محافظت از پوست قبل از بروز زخم از این پماد ها استفاده نمود.