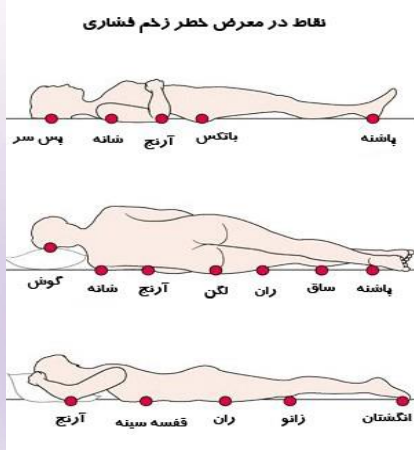




بیمارستان تخصصی شهریار



زخم بستر

تهیه کننده: عبدالله مسن زاده

سوپروایزر آموزشی

با تأیید: آقای دکتر مجمل صادقی

(متفصص دافلی)

گروه آموزش سلامت بیمارستان:

https://eitaa.com/shahriyar_salamat_group

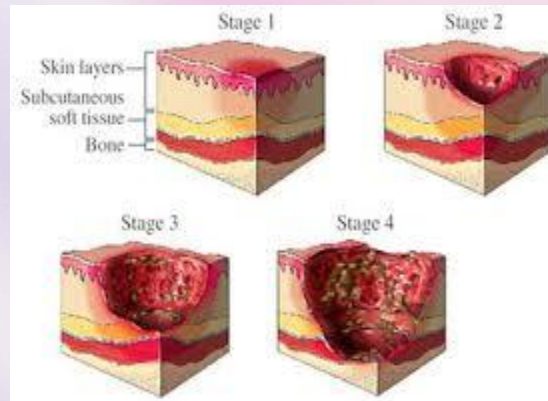


تاریخ بازنگری: تابستان ۱۴۰۲

- در محدودیت‌های حرکتی از وسایل پیشگیری مانند تشک موج و حلقه‌های مخصوص استفاده شود. - از زینک اکساید روی زخم استفاده نکنید. احساس فشار در ناحیه تحت فشار باید توسط فیزیوتراپ یا پزشک بررسی شود.

در صورتی که بیمار روی تخت بستری می‌باشد

- باید از کوسن با بالش از جنس فوم یا ژله ای مناسب برای نشستن استفاده شود.
- برای جذب رطوبت از پدهایی در زیر باسن بیمار استفاده کنید که کمک به خشک نگه داشتن پوست شود.
- در موقع خوابیدن زیر پاشنه‌ها بالش قرار دهید تا پاشنه‌ها بالا نگه داشته شود.
- هر ۱ تا ۲ ساعت به بیمار تغییر وضعیت بدهید.



منابع:

Ssaunders / surgery of Textbook abiston

surgery of principle Schwartz

مجموعه کامل دروس پرستاری - انتشارات بشری

- برای پیشگیری از خشکی پوست هوای اتاق سرد نباشد و رطوبت بیشتر از ۴۰٪ باشد.
- فقط نواحی سالم پوست در معرض خطر را ماساژ دهید.

- برای شستشوی زخم فشاری از نرمال سالین استفاده کنید، مصرف مواد ضد عفونی کننده مثل بتادین فرآیند بهبود زخم را به تاخیر می‌اندازد.
- درمان موثر زخم و انتخاب پانسمان مناسب در کنار سایر درمان‌ها از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است.
- درمان وابسته به درجه زخم بستر می‌باشد. گاهی لازم است منطقه وسیعی از بافت مرده از طریق جراحی و داروهای ویژه‌ای جدا شود. زخم‌های عمقی نیازمند پیوند پوست و دیگر جراحی‌های بازسازی می‌باشد.

- در صورتی که از صابون برای تمیز کردن پوست استفاده می‌کنید، حتماً آن را به طور کامل از روی پوست پاک نمایید.
- بعد از اجابت مزاج باید نواحی آلوده شده به خوبی تمیز و خشک شود و از گرم‌های محافظت پوست طبق دستور پزشک استفاده شود.



زخم بستر (Bedsore) یا زخم‌های فشاری

Pressure Ulcer ضایعه ای است که در پوست و بافت‌های زیر پوستی و بر اثر فشار ممتد و طولانی مدت بر پوست ایجاد می‌شود. زخم بستر اغلب در نقاطی از بدن ایجاد می‌شود که پوست روی یک برجستگی استخوانی قرار گرفته مانند پاشنه و بین باسن ها. زخم بستر بیشتر در کسانی ایجاد می‌شود که برای مدت طولانی در یک وضعیت ثابت می‌خوابند و توانایی تغییر وضعیت خود در بستر را ندارند.

زخم فشاری عبارت است از مجموعه ای از سلول‌ها و بافت‌های مرده در یک نقطه از بدن که در اثر فقدان گردش خون در آن ناحیه ایجاد می‌شود.

سه عامل در پیدایش زخم‌های فشاری موثرند:

- شدت فشار و فشار لازم جهت بسته شدن مویرگها
- طول مدت فشار
- تحمل بافت

نواحی در معرض خطر زخم

- در وضعیت خوابیده به پشت: استخوان پس سری،
- ♦ ستون مهره ها، آرنج، ساکروم، دنبالچه، پاشنه پا
 - ♦ در وضعیت خوابیده به شکم: استخوان‌های پیشانی، قفسه سینه، زانو، برجستگی‌های لگن، انگشتان پا
 - ♦ در وضعیت خوابیده به پهلو: استخوان کتف، برجستگی بزرگ استخوان ران، قوزک‌های پا
 - ♦ در وضعیت نشسته: نشیمنگاه، پاشنه ها
 - ♦ سایر نواحی مستعد زخم: لاله گوش، لابلای چینهای شکمی و زیرسینه در افراد چاق

عوامل موثر در پیدایش زخم‌های فشاری

- ♦ بی حرکتی
- ♦ کاهش درک حسی
- ♦ کاهش سطح هوشیاری
- ♦ گج، تراکشن، وسایل ارتوپدی و سایر تجهیزات

فاکتورهای زمینه ساز یا عوامل مساعد کننده ایجاد زخم بستر عبارتند از: نیروی اصطکاک / رطوبت / سوء تغذیه / کم خونی / وضعیت روانی / چاقی / عفونت / اختلال در گردش خون محیطی / سن بالا، افراد مسن به علت از دست دادن چربی بافت زیرجلدی، پوست چروکیده دارند و مستعد زخم‌های فشاری هستند.

نکاتی در پیشگیری و درمان زخم بستر

اساسی ترین موارد در این برنامه شامل تغییر وضعیت به همراه وسایل حمایتی، بازبینی روزانه پوست و یک رژیم مغذی و غنی هستند.

- ترک سیگار و انجام ورزش: ورزش روزانه گردش خون را تسریع کرده، باعث تقویت بدن می‌شود.

-حمام: افزایش تعداد دفعات حمام شخصی، استفاده از عوامل شوینده ملایم و اجتناب از آب داغ و مالش بیش از حد آن

- توجه به رژیم غذایی مناسب دریافت کافی پروتئین از طریق مصرف گوشت‌های سفید بویژه ماهی، حبوبات و مغزها و مصرف سبزیجات و میوه جات تازه در بهبودی زخم‌ها بسیار موثر است. با تجویز متخصصین در صورت محدودیت دریافت غذا مصرف مکمل‌های پروتئین - انرژی و مکمل‌های ویتامین - مینرال لازم است.

نوشیدن حداقل ۸ لیوان آب در روز در صورت عدم محدودیت مایعات را فراموش نکنید. مصرف روغن‌های مفید مثل روغن زیتون و کائولا برای تامین انرژی و نیز چربی‌های مفید و افزایش انرژی و پروتئین رژیم غذایی با استفاده از پودر آجیل، روغن‌های مفید، پنیر رنده شده و شیر خشک بسیار مفید است.

- روزانه از لوسیون مرطوب کننده روی پوست استفاده کنید.

- زیر پستان ها و کشاله ران را همواره تمیز و خشک نگه دارید.

مراحل درمان زخم بستر عبارتند :

صرف نظر از اینکه در چه مرحله ای باشد کم کردن فشار اولین قدم در درمان زخم بستر است. برای رسیدن به این هدف باید اقدامات زیر را انجام داد:

جابجایی مکرر بیمار: بیمار با زخم بستر باید مرتباً تغییر وضعیت داده شده و همچنین در وضعیت مناسب قرار گیرد. کسی که در روی صندلی چرخدار می‌نشینند باید هر ۱۵ دقیقه و کسی که دراز کشیده است باید هر یک ساعت یکبار وضعیت خود را عوض کند. پرستار بیمار می‌تواند در این کار به بیمار کمک کند. استفاده از وسایل خاص می‌تواند به بلند کردن و جابجا کردن بیمار بدون مالش زیاد به بستر کمک کند.

سطوح حمایت کننده: استفاده از بالش‌ها یا بالشک‌ها می‌تواند به بیمار کمک کند تا در وضعیت مناسب قرار گیرد به طوری که فشار زیادی به محل زخم وارد نشود. از بالشک‌های حاوی هوا یا آب می‌توان در زیر محل‌هایی که زخم ایجاد شده است استفاده کرده تا فشار کمتری به آن وارد شود.