

زخم بستر چیست؟

زخم بستر زخمی است که در نواحی تحت فشار بدن، در بی حرکتی مداوم به علت کاهش خونرسانی موضع ایجاد می شود. این زخم ها با قرمزی شروع و با زخم شدن و کنده شدن پوست و به مرور با ایجاد حفره پیشرونده ادامه می یابد. بنابراین باید در همان ابتدا پیشگیری نمود.

نواحی تحت فشار:



- نواحی ای که با بستر تماس دارند.
- نواحی روی قسمت های استخوانی و غضروفی بدن مانند استخوان خاجی، آرنج، زانو، قوزک پا، کتف
- ناحیه باتکس (باسن)
- طرفین ران
- پاشنه پا و ... مستعد زخم فشاری می باشند.
- پشت سر
- کناره های سر
- گوشه لاله گوش
- روی برجستگی کناری لگن

• روی برجستگی کناری زانو

عوامل تشدید کننده:

- سن
- کاهش هوشیاری
- عدم تحرک
- تغذیه غیرفعال و نامناسب (خود فرد قادر به تغذیه خود نباشد)
- فلج اندام ها
- نداشتن حس در بدن (بخصوص نقاط فشار)
- کم آبی بدن
- بی اختیاری ادرار و مدفوع
- معالجه موقتی و تسکینی

چگونگی ایجاد زخم پوستی و مراحل ایجاد آن:

مرحله یک:



ابتدا یک ناحیه قرمز بر روی پوست شروع می شود و این ناحیه قرمز ممکن است سفت و یا گرم احساس شود. اگر پوست تیره دارید پوست ناحیه

ممکن است بجای قرمز بصورت براق ظاهر شود این مرحله برگشت پذیر و امکان بهبود پوست وجود دارد و اگر در این مرحله فشار برداشته شود رنگ پوست طبیعی می شود.

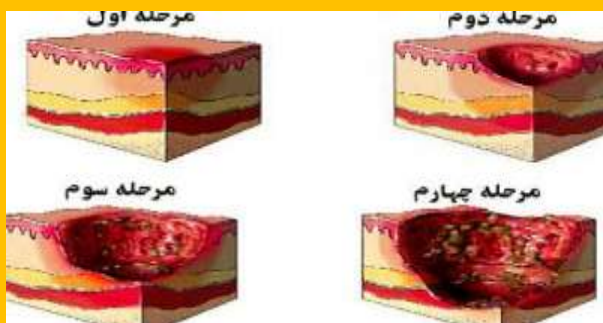
مرحله دو:

لایه رویی پوست (اپیدرم) از بین می رود. زخم کمی فرورفته به رنگ صورتی یا قرمز در محل تشکیل می شود. اگر فشار از روی پوست برداشته نشود ممکن است بصورت یک تاول، خراشیدگی و سائیدگی و یا اثر زخم سریعاً از بالای ناحیه قرمز سفت پوست ایجاد شود. این منطقه سفت قرمز رنگ پوست بدین معنی است که بافت زیرین پوست مرده است و باید در این نقطه همه فشار از بالای آن منطقه برداشته شود و با پزشک مشورت نماید.

مرحله سه:

چربی زیر پوست نمایان می شود، زخم گود می شود. ته زخم بافت مرده زرد رنگی هست. یک سوراخ عمیق یا زخم در بافت مرده تشکیل می شود که خیلی اوقات این بافت مرده بر روی سطح پوست کوچک است اما در عمق بافت بزرگ است.

مرحله چهار:





مرکز آموزشی درمانی امین

زخم بستر چیست؟

منابع: سایت ویکی پدیا و برونر و سودارث

جهت استفاده از مطالب آموزشی به سایت بیمارستان مراجعه

نمایید. www.amin.mui.ac.ir

✓ انجام مراقبت روزمره از پوست را فراموش نکنید.

✓ برنامه غذایی متنوع و مفید براساس سن و فعالیت (از تمام گروه‌های غذایی بهره ببرد) باشد. رژیم غذایی باید شامل انرژی کافی پروتئین، کلسیم، روی، ویتامین C و E باشد. در صورت عدم همکاری بیمار ممکن است پزشک مواد مغذی تکمیلی را توصیه نماید.

✓ مایع درمانی مناسب (8 لیوان آب با فواصل منظم)

✓ ناحیه تناسلی از اثرات ادرار و مدفوع مرتب بررسی شود تا باعث آلودگی و زخم نشود.

✓ سر تخت 30 درجه زاویه داشته باشد

✓ استفاده از پماد زینک اکساید به عنوان قابض پوستی در نواحی سالم

✓ استحمام و ماساژ پشت (روزانه) انجام شود.

✓ تشویق بیمار به نرمش‌های روزانه، ورزش از طریق افزایش جریان خون روند بهبود زخم را تسریع می‌نماید. در بیماران بستری در تخت می‌توان نرمش‌های کششی و ایزومتریک را توصیه نمود.

✓ پوست بیمار را با مواد شیمیایی تحریک نکنید.

✓ از مصرف ضد عفونت‌های محرک، پراکسید هیدروژن، و مواد شیمیایی دیگر در تمیز کردن پوست بیمار پرهیز نمایید.

✓ تمیز و خشک نگاه داشتن پوست بیمار: پوست بیمار را با سرم فیزیولوژی تمیز نمایید و سپس آن را کاملاً خشک نمایید.

شناسنامه پمفلت آموزشی	
موضوع	زخم بستر چیست؟
تهیه کننده	واحد آموزش سلامت
تأیید کننده علمی	خانم دکتر مدنی
سمت	مدیر گروه عفونی
تاریخ تهیه	1399
کد پمفلت و بازنگری	Pe-inf-0023 - 1402

اگر در این مرحله نیز درمان کافی صورت نگیرد ممکن است این آسیب به هر طریق به درون عضلات و نیز استخوان برسد و سرانجام عفونت و تخریب اساسی، استخوان بوجود آید.

توجه داشته باشید که زخم بستر مانند کوه یخ است یعنی بافتهای زیرین بیشتر از آنچه به نظر می‌رسد درگیر شده‌اند.

پیشگیری:

➤ کاهش فشارهای پوستی:

تغییر وضعیت بیمار هر دو ساعت برای بالا بردن بازوها، پاها و لگن از بالش استفاده نمایید. برای کاهش فشار به کمر و نواحی تحتانی از تشک‌های آبی یا مرتعش (مواج) استفاده نمایید.

➤ کاهش نیروهای برنده و مالشی:

✓ از کشیده شدن بیمار بر روی تخت جلوگیری نمایید تا برای مدتی بدن خود را بلند کرده و از تخت جدا نماید.

✓ تخت را از ذرات ریز تحریک کننده پوست تمیز نمایید و سر تخت را بیش از 30 درجه بلند نکنید.

✓ بالشک‌هایی را زیر آرنج بیمار قرار دهید تا فشارها مالشی بر آرنج کاهش یابد.

✓ فرد بیمار را با ملایمت بشوید و از خاراندن و محکم شستن پوست خودداری نمایید.

✓ بطور مرتب کل بدن را بررسی کنید و به ناحیه استخوانی توجه خاص داشته باشید.

✓ سطح تماس بیمار با تخت خشک باشد (عرق بدن خشک گردد)

✓ زیر بیمار ملحفه تمام نخی استفاده شود.