



مرکز آموزشی و پژوهشی و درمانی امام رضا (ع)

مراقبت از زخم بستر



ویژه: بیماران

تاریخ آخرین بازنگری: ۱۴۰۳/۰۱/۱۵

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۶/۰۱/۱۵

کد پمفلت: PA-۱۳-۱۰۰۷

شماره بازنگری: ۰۱

جهت دسترسی به اطلاعات آموزشی، بارکد زیر را اسکن نمایید.



معاونت آموزش و سلامت

تهیه کننده: بخش ICU جراحی - واحد آموزش سلامت

* تشک مواج در بیمارانی استفاده می شود که باید به مدت طولانی در بستر استراحت کنند. جنس تشک مواج باید نرم باشد و انعطاف پذیری کافی داشته باشد که خود تشک محرک پوست بیمار نشود.



منبع:

کتاب برونر و سودارت ۲۰۲۲ (پوست)

<https://www.wolterskluwer.com/en/solutions/uptodate>

در صورت سؤال یا مشکل در زمینه بیماری خود می توانید بصورت رایگان همه روزه از ساعت ۸ الی ۱۲ بجز تعطیلات به کلینیک آموزش سلامت مراجعه یا تماس حاصل فرمائید.

آدرس: مشهد - چهارراه ابن سینا - میدان امام رضا (ع)

تلفن: ۰۵۱۳۸۵۸۳۸۵۰

وبسایت: emamreza.mums.ac.ir

* پوست قسمت هایی که ممکن است مرطوب شوند، همواره لازم است خشک نگه داشته شود.

* توصیه می شود جهت افرادی که دارای پوست های خشک هستند، کرم های محافظ زده شود تا خشکی آنها کمتر شود.

* اگر بیمار کنترل ادرار و مدفوع ندارد، باید مانع از ریختن ادرار و مدفوع بر روی پوست شد و بلافاصله پوست تمیز شود.

* باید به اندازه کافی کالری، پروتئین، ویتامین، مواد معدنی و آب به بدن بیمار رسانده شود.

* فیزیوتراپی با آموزش و انجام حرکات ورزشی به بیمار کمک می کند تا عضلات وی قوی تر و پوستش ترمیم یابد تا خون بیشتری به پوست بیمار برسد.

* توصیه می شود از بالش حمایت کننده در نواحی مانند بازو، ران و مناطق آسیب پذیر استفاده شود.



مددجوی گرامی:

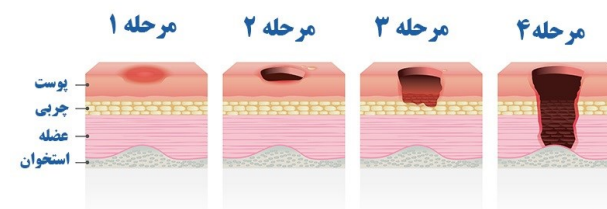
این مطالب به منظور آشنایی با زخم بستر و مراقبت‌های لازم بعد از آن تهیه شده است. امید است با مطالعه آن قادر باشید دوره درمان را به خوبی مدیریت نمایید.

زخم بستر چگونه ایجاد می‌شود؟

در بیمارانی که به مدت طولانی بی‌حرکت هستند احتمال اینکه فشار زیادی بر قسمت‌هایی از پوست و مویرگ‌های آن وارد شود زیاد است و ممکن است باعث ایجاد عارضه‌ای به نام زخم فشاری یا زخم بستر شود.

بیمارانی مانند افراد مبتلا به فلج عضلانی، مشکلات عصبی که منجر به کاهش حس درد در فرد شود یا افراد با بستری طولانی مدت در بخش مراقبت‌های ویژه، افراد با دوران نقاهت طولانی مدت پس از جراحی، افراد سالمند یا افراد دیگری که به هر دلیل بدون کمک دیگران قادر به تغییر وضعیت بدن خود نیستند، بیشتر در معرض خطر ایجاد زخم فشاری قرار دارند.

مراحل ایجاد زخم بستر:

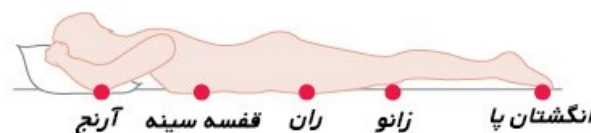
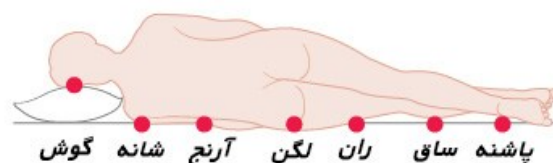


چه قسمت‌هایی از بدن بیمار مستعد زخم بستر می‌باشد؟

قسمت‌هایی از بدن بیمار که مستعد زخم بستر می‌باشند عبارت‌اند از: نواحی از بدن که مستقیماً با بستر تماس دارند و نیز نواحی روی قسمت‌های استخوانی و غضروفی بدن مانند: استخوان خاجی، آرنج، زانو، قوزک پا، کتف و طرفین ران و ...

علل اصلی ایجاد زخم فشاری می‌تواند شامل: سن بالا- بی‌حرکی- بی‌اختیاری ادرار- چاقی مفرط- سوء تغذیه و کم‌آبی- رطوبت پوست ناشی از عرق، ادرار یا مدفوع و اصطکاک با ملحفه، تشک و ... باشد.

نقاط تحت فشار



برای پیشگیری از ایجاد زخم بستر و گسترش آن رعایت موارد زیر الزامی است:

* وضعیت قرارگیری افراد بستری را هر ۲ ساعت یک بار تغییر دهید. این تغییر وضعیت دادن بصورت مرتب و طبق برنامه زمانی مشخص می‌باشد.

* مراقب باشید ملحفه و لباس بیمار زیر بدنش چروک نشده باشد.

* پوست باید مرتباً تمیز و دیده شود تا زخم‌های پوستی شناسایی شود.

* اگر بیمار به طرف پایین تخت لغزید، از کشیدن وی بر روی تخت اجتناب کنید و جهت چرخاندن وی و بالا کشیدنش از ملحفه استفاده نمایید.

* ماساژ نواحی تحت فشار همراه با تغییر وضعیت هر دو ساعت انجام شود. جهت ماساژ می‌توان از روغن زیتون استفاده کرد.

* از ماساژ نواحی زخم شده بشدت پیشگیری نمایید.

* پوست بیمار باید مرتباً با آب گرم و صابون ملایم شسته و

