



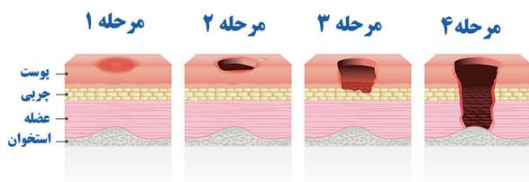
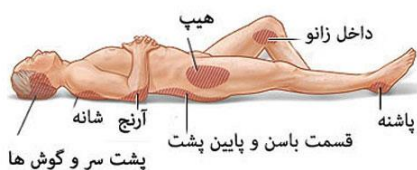
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز

بیمارستان شهید بهشتی قزوین

## آموزش به بیمار

### با موضوع: زخم بستر

نواحی که زخم فشار ایجاد می شود



### تهیه کنندگان: گروه آموزش به بیمار

تأیید کننده علمی: دکتر طبیب گویلی (متخصص بیهوشی)

بهمن ۱۴۰۱

- هر روز بطور مرتب باید پوست نقاطی را که بیشتر احتمال زخم بستر دارند به دقت بازدید کنید.

- اگر بیمار کنترل ادرار و مدفوع ندارد باید مانع از ریختن ادرار و مدفوع بر روی پوست شویم و پوست را خشک و تمیز نگه داریم. و با شامپوهای ملایم مانند شامپوی بچه پوست بیمار کاملا تمیز شود.

- از بالش ها و پدهای حمایت کننده در نواحی مانند بازو، ران و مناطق آسیب پذیر استفاده 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 برسد.

- از وارد کردن فشار مستقیم به نواحی از بدن با استخوان برجسته نظیر آرنج و لگن خودداری شود.

نخ:

راههای پیشگیری از زخم فشاری (مادنت دمان - دتبریدیت پارتانی و عمل خدمات باین - فرناز ستوفیان)



با آرزوی سلامتی و تندرستی

- اگر قرار است بیمار به مدت طولانی در بستر باشید حتما از تشک مواج استفاده شود.

- روی تشک را فقط با یک لایه ملحفه نازک بپوشانید.

- جنس ملحفه باید نازک و نخی باشد.

- از خیس شدن تاخوردگی و چروک شدن ملحفه جلوگیری کنید.

- اگر بیمار در وضعیت به پهلو خوابیده است بین زانوها پاها و مچ یک بالشک کوچک قرار دهید.

- پوست باید مرتباً تمیز شود. مرتباً دیده شود تا مبادا زخمی ایجاد شده و از نظر دور بماند.

- اگر بیمار تان به طرف پایین تخت لغزید از کشیدن وی بر روی تخت اجتناب کنید و جهت چرخاندن وی و بالا کشیدنش از ملحفه استفاده نمائید.

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

- از ماساژ نواحی زخم بشدت جلوگیری شود.

- پوست بیمار باید مرتباً با آب گرم و صابون ملایمی شسته و سپس خشک شود.

- پوست قسمت هایی را که ممکن است مرطوب شوند همواره لازم است خشک نگه داشته شود. - به پوست های خشک کرم های محافظ (کرم عسل، کرم کامفیل) بزنید تا خشکی آنها کمتر شود.

## زخم بستر :

زخم های فشاری یا زخم بستر، زخم های پوستی دردناکی هستند که بر اثر فشارهای مداوم بر روی بخشی از بدن و انسداد عروق خونی تغذیه کننده ناحیه ای از پوست ایجاد می شود.

بیمارانی مانند افراد مبتلا به ضایعات نخاعی، فلج عضلانی، بیماری ام اس و دیگر مشکلات عصبی که منجر به کاهش حس درد در بیمار شود. یا افراد با بستری طولانی مدت در بخش مراقبت های ویژه (ICU)، افراد با دوران نقاهت طولانی 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 هستند.

**قسمت های از بدن بیمار که مستعد زخم بستر می باشند عبارت اند از:** نواحی از بدن که مستقیماً با بستر تماس دارند و نیز نواحی روی قسمت های استخوانی و غضروفی بدن مانند استخوان خاجی - آرنج، زانو، قوزک پا، کتف و طرفین ران و ...



1

## زخم بستر چه علائمی دارد؟

زخم بستر نیز همانند دیگر آسیب ها پیش از شدید شدن علائمی را از خود بروز می دهد که اگر بیمار و یا همراهانش متوجه این علائم شوند می توانند از بروز زخم پیشگیری نمایند.

علائم زخم بستر:

- تغییر رنگ پوست
- ایجاد تورم در ناحیه تحت فشار
- تغییر حرارت در ناحیه آسیب دیده پوست
- بروز حساسیت پوستی و احساس سوزش



مراحل ایجاد تا تشدید زخم بستر :

## مرحله اول :

در مرحله ابتدایی بروز زخم بستر دوره علائم و پیشگیری به پایان رسیده است و یک زخم سطحی روی پوست ایجاد می شود. در این مرحله لایه اپیدرم که در بالاترین سطح پوست قرار دارد کاملاً از بین می رود و بیمار سوزش و درد خفیفی احساس می کند.

2

در این مرحله درمان راحت تر و در زمان کوتاه تری انجام می شود و با درخواست حضور پرستار در منزل و پانسمان های دقیق و منظم او می توان طی چند روز این گونه زخم های ایجاد شده را درمان کرد .

## مرحله دوم:

در این مرحله زخم عمیق تر شده و بافت پوست به کلی از بین می رود و چربی های زیر پوست دیده می شود. اگر برای درمان زخم در این مرحله اقدام نشود به مرور به بافت های سالم زیر پوست نیز آسیب می رسد. اگر زخم در مرحله ابتدایی درمان نشود و به این مرحله رسید بهترین روش درمانی استفاده از دستگاه های پیشرفته لیزری موجود در فیزیوتراپی ها می باشد.

## مرحله سوم:

زخم در این مرحله وسیع تر شده و کاملاً باز و گود می باشد. در داخل این زخم استخوان و یا تاندون نمایان می شود. مرحله درمان اینگونه زخم ها بسیار سخت و در بیشتر مواقع به عمل جراحی نیاز پیدا می کند.

## مراقبت در منزل :

برای پیشگیری از ایجاد زخم بستر اقدامات زیر را انجام دهید. وضعیت افراد بستری را هر ۲ ساعت یک بار تغییر دهید. این تغییر وضعیت دادن باید بصورت مرتب و طبق برنامه زمانی نصب شده بر بالین بیمار باشد.

3