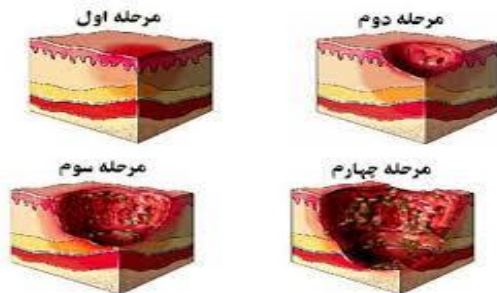




پارتنر خشتیه حسیان نایین

زخم بستر چیست ؟



واحد آموزش به بیمار

زمستان ۱۳۹۳

کد پمفلت: ۴۷/ب/۹۳

استفاده از پماد زینک اکساید به عنوان محافظ پوستی در نواحی سالم

استحمام و ماساژ پشت (روزانه) انجام شود.

تشویق بیمار به نرمش های کششی و ایزومتریک را توصیه نمود.

پوست بیمار را با مواد شیمیایی تحریک نکنید.

از مصرف ضد عفونت های محرک مثل پر اکسید هیدروژن و مواد شیمیایی دیگر در تمیز کردن پوست بیمار بپرهیزید.

تمییز و خشک نگه داشتن پوست بیمار :

پوست بیمار را با سرم فیزیولوژی (سرم شتسو) تمییز نماید و سپس آن را کاملا خشک نماید.

منبع : مطالعات اینتر نتی

آدرس یات پارتنر خشتیه نایین

❖ <http://heshmatieh.mui.ac.ir>

❖ واحد آموزش به بیمار

روزهای یک شنبه و سه شنبه

شماره تماس : ۶۳-۶۱۱۰۹۰۶۲۵

داخلی ۲۳۵

۵

کاهش نیروهای برنده و مالشی :

-از کشیده شدن بیمار بر روی تخت جلوگیری نماید

-تخت را از ذرات ریز تحریک کننده پوست تمییز نماید و سر تخت را بیش از ۳۰ درجه بلند نکند.

-بالشتک هایی را زیر آرنج بیمار قرار دهید تا فشار مالشی بر آرنج ها کاهش یابد.

-فرد بیمار را با ملایمت بشوید و از خاراندن و محکم شستن پوست خودداری نماید.

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 شود)

زیر بیمار از ملحفه تمام نخی استفاده شود.

انجام مراقبت روز مره از پوست را فراموش نکنید.

برنامه غذایی متنوع و مفید بر اساس سن و فعالیت (از تمام گروه های غذایی بهره ببرد) رژیم غذایی باید شامل انرژی کافی

باشد. پروتئین، کلسیم، روی، ویتامین ها و

مایع درمانی مناسب (۸ لیوان آب با فواصل منظم)

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 باسن
- طرفین ران
- پشت سر، کناره های سر، گوشه لاله گوش
- روی برجستگی کناری لگن
- روی برجستگی کناری زانو

عوامل تشدید کننده

- عدم تحرک
- تغذیه غیر فعال 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 بصورت براق ظاهر شود. این مرحله برگشت پذیر است 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 فرو رفته به رنگ صورتی یا قرمز در محل تشکیل می شود این به این معنی است که بافت زیرین پوست مرده است

در این مرحله باید همه فشار از بالای آن منطقه برداشته شود و با پزشک مشورت نمایید.

مرحله سه

چربی زیر پوست نمایان می شود، زخم گود می شود، ته زخم بافت مرده زرد رنگی وجود دارد که خیلی اوقات این بافت مرده بر روی سطح پوست کوچک است اما در عمق بافت بزرگ است .

مرحله چهار

اگر در این مرحله نیز درمان کافی صورت نگیرد ممکن است این آسیب به هر طریق به درون عضلات و نیز استخوان برسد و سر انجام عفونت و تخریب اساسی استخوان بوجود می آید . توجه داشته باشید که زخم بستر مانند کوه یخ است یعنی بافتهای زیرین بیشتر از آنچه به نظر می رسد در گیر شده اند.

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 تشک های آبی یا مرتعش (مواج) استفاده کنید.