



بیمارستان شهید هاشمی نژاد

آموزش به بیمار

زخم بستر و مراقبت های آن



بیمارستان آموزشی، پژوهشی،
درمانی شهید هاشمی نژاد مشهد
واحد آموزش به بیمار

زخم ایجاد شده باید زیر نظر پزشک و توسط پرستار ماهر و دوره دیده پانسمان گردد. تغذیه مناسب در پیشگیری و درمان از زخم بسیار حائز اهمیت است. استفاده از پروتئین، سبزیجات، میوه و ویتامین ها نقش مهمی در بهبودی زخم دارد.



منبع: www.uptodate.com/2020

مشهد، طلاب، انتهای بلوار ابوریحان، بیمارستان شهید هاشمی نژاد

تلفن: ۱۵-۱۱-۲۷۳۷۰۵۱۳ یا با شماره ۳۱۰۹

پاسخگوی شما واحد آموزش سلامت همگانی ۸۰۰۳

سایت بیمارستان: hasheminejad.mums.ac.ir

کلینیک پرستاری آموزش سلامت واقع در کلینیک تخصصی همه روزه به جز ایام تعطیل از ساعت ۸ الی ۱۲ پاسخگوی سوالات شما می باشد
تلفن داخلی کلینیک ۸۰۰۳ می باشد. جهت دریافت پمفلت های آموزشی بارکد زیر را اسکن کنید.



درمان زخم بستر

یکی از مهم ترین اقدامات در درمان زخم بستر، کاهش فشار وارد شده به ناحیه درگیر می باشد. به همین خاطر، وضعیت قرار گیری فرد بایستی مرتب تغییر کند. افرادی که از ویلچر استفاده می کنند، وضعیت نشستن و وزن وارده به یک ناحیه بایستی مرتباً تغییر کند. افراد بستری نیز باید هر دو ساعت یک بار حرکت داده شوند. استفاده از تشک های مناسب، و یا قرار دادن بالش در نواحی که بیشتر تحت فشار هستند، یکی از راه های متعادل کردن فشار وارده به تمامی قسمت ها و سطوح بدن می باشد. به عنوان مثال می توان هنگام خواب، بالش را میان مچ و زانو قرار داد.

در حالت فوابیده



مطالب پیش روی شما محتوی مطالب آموزشی برای آشنایی با این بیماری می باشد. امیدواریم با رعایت نکات ذکر شده، سلامت بمانید.



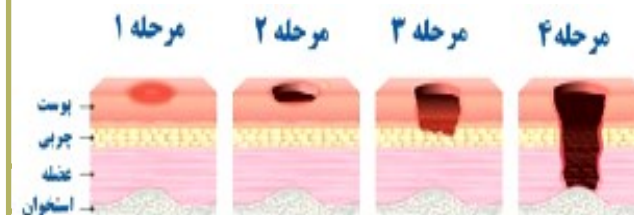
زخم بستر چگونه ایجاد می شود؟

وقتی به بافت نرمی که از یک طرف با برجستگی استخوانی و از طرف دیگر با یک سطح خارجی در تماس است فشار وارد شود زخم ایجاد می شود. خوابیدن به مدت طولانی در وضعیت ثابت، سائیدگی در صندلی یا بستر، استفاده از لگن بیمار نامناسب و یا کشیدگی با ملحفه می تواند به بخشی از پوست و بافت های بدن آسیب برساند.

عوامل ایجاد زخم بستر چیست؟

- بی تحرکی
- سن بالا
- رطوبت پوست
- کاهش وزن
- تغذیه نامناسب
- اختلال جریان خون
- کاهش حس لمس
- چاقی
- اصطکاک با ملحفه و تشک
- بی اختیاری ادرار

مراحل ایجاد زخم بستر:



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 می باشد.

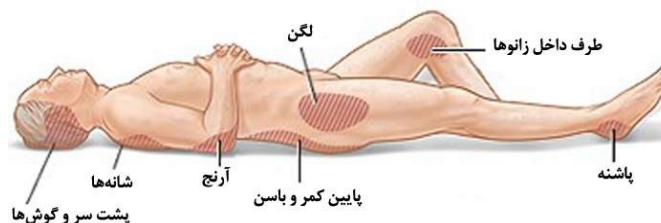
مراقب باشید ملحفه و لباس بیمار زیر بدنش چروک نشده باشد.

پوست باید مرتباً تمیز و دیده شود تا زخم های 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 می توان از روغن زیتون استفاده کرد.

نواحی حساس به زخم بستر



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

توصیه میشود جهت افرادی که دارای پوست خشک هستند مکرراً از کرمهای محافظ زده شود تا خشکی آن 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.

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

از ماساژ نواحی زخم شده بشدت پیشگیری نمایید. پوست بیمار باید مرتباً با آب گرم و صابون ملایم شسته و سپس خشک شود.