

- مراقبت موضعی از زخم به صورت حفظ رطوبت طبیعی پوست (به این معنی که سطح پوست نه زیاد خشک باشد و نه خیس بماند.) تمیز نگه داشتن پوست و استفاده از پوشش های آنتی بیوتیکی طبق دستور پزشک الزامی است.
- در صورت ایجاد زخم از ماساژ دادن آن پرهیز کنید. چون باعث تخریب بافت، آسیب دیده می شود.
- علائم عفونی شدن زخم بستر شامل افزایش ترشح از زخم، بوی بد پانسمان، افزایش درجه حرارت بیمار و کاهش وزن می باشد. در این حالت درمان الزامی است، بنابراین حتماً پزشک را آگاه کنید.
- از مصرف مواد آسیب رساننده به زخم مانند الکل و بتادین پرهیز نمائید.

در صورت داشتن هرگونه سوال غیر از روزهای تعطیل ۹-۷ صبح با داخلی ۲۲۳۵ واحد مراقبت در منزل تماس فرمایید

- ♦ مصرف رژیم غذایی متعادل و متنوع که حاوی همه گروه های غذایی به میزان مورد نیاز باشد.
- ♦ دریافت کافی پروتئین از طریق مصرف گوشت های سفید به ویژه ماهی، حبوبات و مغزها.
- ♦ مصرف سبزیجات و میوه جات تازه



- ♦ مصرف مکمل های پروتئین- انرژی و مکمل های ویتامین - مینرال در صورت محدودیت دریافت غذا و تنها با تجویز متخصصین.
- ♦ نوشیدن حداقل ۸ لیوان آب در روز در صورت عدم محدودیت مایعات.
- ♦ مصرف روغن های مفید مثل روغن زیتون و کانولا برای تأمین انرژی و نیز چربی های مفید.
- ♦ افزایش انرژی و پروتئین رژیم غذایی با استفاده از پودر آجیل، روغن های مفید، پنیر رنده شده و شیر خشک.



وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی
سازمان مدیریت و برنامه ریزی

بیمارستان فاطمه الزهراء (س) مهریز

کد سند : PA/HC/66

زخم بستر

تهیه کننده : فاطمه زارع بیدکی

واحد آموزش به بیمار

منبع: پرستاری داخل جراحی برونر سوارت

طبقه بندی زخم بستر

پیشگیری از زخم بستر

- ◆ پوست را تمیز و خشک نگه داشته و وضعیت قرارگیری بدن را مرتب تغییر داد. (هر ۲ ساعت)
- ◆ در صورت نشسته بودن بیمار، تغییر وضعیت باید با فواصل زمانی کمتری انجام شود.
- ◆ بدن بیمار را برای تغییر وضعیت دادن نباید روی بستر کشید، بلکه باید آن را به آرامی بلند کرد و جابجا نمود.
- ◆ از تشک های موج و بالشک های هوا می توان کمک گرفت.
- ◆ فقط می توان اطراف مناطق تحت فشار را ماساژ داد.
- ◆ دقت کنید ملحفه زیر بیمار چروک نداشته باشد زیرا باعث افزایش فشار بر روی پوست می شود.
- ◆ باید سایر بیماری های فرد را کنترل و درمان نمود.
- ◆ تغذیه مناسب
- ◆ جلوگیری از مرطوب شدن پوست با مدفوع، عرق، ترشحات زخم، ادرار.

مواردیکه باعث تشدید زخم بستر می شود

- در بیمارانی که دچار بی اختیاری ادرار هستند، به علت مرطوب و آلوده بودن بیش از حد و دائم پوست، احتمال تخریب بافت بیشتر است.
- در بیماران مبتلا به اختلالات عروقی، دیابت و سالمندان به علت اختلال در اکسیژن رسانی احتمال بروز زخم بستر بیشتر است. افراد بسیار چاق یا لاغر نیز بیشتر در معرض ابتلا به زخم بستر هستند.

مرحله اول: در این مرحله، پوست قرمز، پوست قرمز، قهوه ای یا کبود می شود و با برداشتن فشار، رنگ پوست به حالت اول بر نمی گردد. در این مرحله پوست شکاف یا خراش ندارد. این زخم در حدود ۲ ماه بهبود می یابد.

مرحله دوم: پوست تاول زده و یا شکافته می شود و شکل زخم را به خود می گیرد. بافت اطراف زخم ملتهب است.

مرحله سوم: زخم عمیق تر و گودتر می شود و به لایه های زیر نفوذ می کند. زخم شکافته شده و به شکل دهانه آتشفشان درمی آید. دردناک بودن زخم در این مرحله بستگی به میزان درگیری اعصاب آن ناحیه دارد، خطر از بین رفتن بافت و عفونت در این مرحله بالا است.

مرحله چهارم: در این مرحله بافت های عضله، تاندون و استخوان قابل دیدن است. عوارض شدید این مرحله شامل عفونت استخوان یا انتشار عفونت در خون (سپسیس) می باشد.

درمان زخم بستر

۱. کم کردن فشار:
 - ◆ جابجایی مکرر بیمار (هر ۲ ساعت یکبار)
 - ◆ استفاده از بالشک یا بالشک ها جهت کاهش فشار و استفاده از تشک موج
۲. خارج کردن بافت آسیب دیده و مرده زخم بستر(دبریدمان زخم)
۳. تمیز کردن و پانسمان مرتب زخم
۴. درمان جراحی زخم بستر

زخم بستر در اثر سایش یا فشار مداوم به قسمتی از پوست بوجود می آید. معمولاً بیماری که قادر به حرکت نیست و مدت طولانی در بستر بوده و یا روی صندلی چرخدار می نشیند، دچار این عارضه می شود.

فشار روی پوست باعث کاهش جریان خون و به دنبال آن کاهش اکسیژن رسانی به بافت شده و در نهایت منجر به تخریب پوست و ایجاد زخم بستر می شود. اگر شرایطی را که باعث ایجاد فشار می شود سریع از بین نبریم، پوست ناحیه ی تحت فشار زخم شده، کم کم عمق زخم بیشتر می شود و به لایه های زیرین پوست یعنی عضله، تاندون و استخوان نیز خواهد رسید.

محل ایجاد زخم بستر

قسمت هایی که بیشتر در معرض ایجاد زخم بستر هستند شامل مناطقی است که در زیر پوست این مناطق لایه چربی کمتری وجود دارد و پوست مستقیماً روی استخوان قرار گرفته است. بسته به وضعیت نشسته یا خوابیده پوست و استخوان در این نقاط بر روی هم فشرده می شوند مانند ناحیه **دنبالچه، کتف، شانه، باسن، پاشنه، پشت سر و آرنج و گوش ها.**

