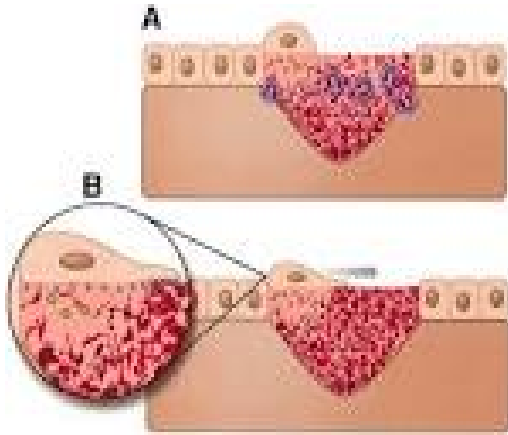




## زخم بستر



بیمارستان شهید اشرفی خمینی شهر

واحد آموزش همگانی

کد پمفلت: AH/HE25

## منابع :

- کتاب کامل ICU ( نوشته پل مارینو )

- کتاب مراقبت های ویژه ( نوشته معصومه ذاکری مقدم )

## آدرس :

خمینی شهر - خیابان بوعلی - بیمارستان شهید

اشرفی طبقه اول - واحد آموزش به بیمار

شماره تلفن : 031-33625081

## دقت به نکات زیر در پیشگیری از ایجاد زخم بستر و گسترش آن موثر است:

- پوست بیمار باید مرتباً با آب گرم و صابون ملایمی شسته و سپس خشک شود .
- پوست قسمت هایی را که ممکن است مرطوب شوند با پودر تالک خشک نگه میداریم. به پوست های خشک لوسیون میزینیم تا خشکی آنها کمتر شود .
- هر روز بطور مرتب باید پوست نقاطی را که بیشتر احتمال زخم بستر دارند بدقت وارسی کنیم .
- 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.
- با تغذیه مناسب باید به اندازه کافی کالری، پروتئین، ویتامین، مواد معدنی و آب به بدن رسانده شود .
- اگر بیمار سیگار میکشد باید او را تشویق به کنار گذاشتن حداقل موقت آن کرد.

## در تغییر وضعیت در بستر باید به نکات زیر دقت کرد

- حد اقل هر دو ساعت یکبار باید وضعیت دراز کشیدن تغییر کند.
- در کسانی که قدرت اندام فوقانی آنها خوب است میتوانند با استفاده از میله ها و دستگیره هایی که از بالای سر بیمار در تخت آویزان است وضعیت خوابیدن خود را تغییر دهند.
- بعضی انواع بالشک که با آب، فوم، ژل یا هوا پر میشوند میتوانند به توزیع بهتر فشار کمک کنند.
- نباید بالای سر تخت بیمار با بیش از سی درجه بالا آورد
- وضعیت درازکشیدن بیمار و استفاده از بالشک ها را طوری در نظر میگیریم که قسمت های حساس به زخم بستر کمتر تحت فشار قرار گیرند.
- گاهی اوقات استفاده از تشک های موج که فشار را در نقاط مختلف پوست مرتباً تغییر میدهند کمک کننده است.



## زخم بستر چیست ؟

زخم بستر اغلب در نقاطی از بدن ایجاد میشود که پوست روی یک برجستگی استخوانی قرار گرفته و در بین آنها عضله ای وجود ندارد مانند: پاشنه و بین باسن ها  
این بیماری از عوارض شناخته شده و مهم سکته مغزی و بعضی شکستگی ها است.

در بیماری که دچار سکته مغزی شده به دلیل تغییرات حسی و عدم توانایی واکنش نسبت به فشار و ناراحتی ناشی از چرخیدن یا حرکت کردن و در بعضی شکستگی ها به دلیل ناراحتی ناشی از چرخیدن یا حرکت کردن خطر آسیب دیدگی بافت ها (زخم بستر) وجود دارد. بد سور به سرعت ایجاد میشود و درمان آن مشکل است.

## علائم زخم بستر:

تشکیل زخم بستر از 4 مرحله شروع میگردد. در مراحل اول شدت آن کم بوده و در مراحل بعدی شدت آن بیشتر می شود.

## این مراحل به ترتیب عبارتند از :

### مرحله اول

- پوست سالم است
- در کسانی که رنگ پوستشان روشن است پوست قرمز شده و وقتی با انگشت به آن فشار می آوریم سریع سفید نمی شود.
- پوست ممکن است دردناک، سفت، نرمتر از معمول، سردتر

### مرحله دوم

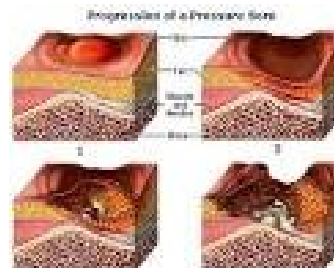
- لایه رویی پوست ( اپیدرم) از بین میرود
- یک زخم کمی فرو رفته به رنگ صورتی یا قرمز در محل تشکیل میشود.
- ممکن است در محل تاول تشکیل شود.

### مرحله سوم

- چربی زیر پوست نمایان میشود
- زخم گود میشود
- ته زخم بافت مرده زرد رنگی هست.
- آسیب ممکن است به زیر پوست سالم هم نقب بزند

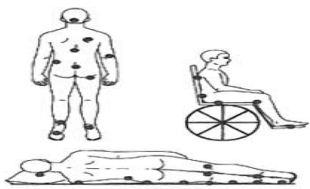
### مرحله چهارم

- عضله، تاندون یا استخوان نمایان میشود
- کف زخم بافت مرده خشکیده هست
- آسیب وسعت یافته و به زیر پوست به ظاهر سالم هم گسترش یافته است.



## زخم بستر در چه محل هایی بیشتر دیده می شود ؟

- در کسانی که مدت زیادی در بستر در حالت درازکش به پشت قرار گرفته اند زخم بستر بیشتر در نواحی زیر دیده میشود.
- پشت سر
- پشت استخوان های کتف
- پشت استخوان خاجی درست بین دو برجستگی باسن
- پشت پاشنه
- در کسانی که مدت زیادی در حالت درازکش به شانه قرار گرفته اند زخم بستر ممکن است در نواحی زیر دیده شود
- کناره های سر
- گوشه لاله گوش
- روی برجستگی کناری لگن ( تروکانتر بزرگ)
- روی برجستگی کناری زانو ( پوست روی سر استخوان نازک نی)
- روی پوست قوزک خارجی



- در کسانی که مدت زیادی در ویلچر مینشینند زخم بستر میتواند در محل های زیر تشکیل شود
- پشت استخوان خاجی درست بین دو برجستگی باسن یا روی برجستگی های کتف یا ستون مهره
- پوست روی ساعد یا ران در جاییکه روی صندلی تکیه میدهند.