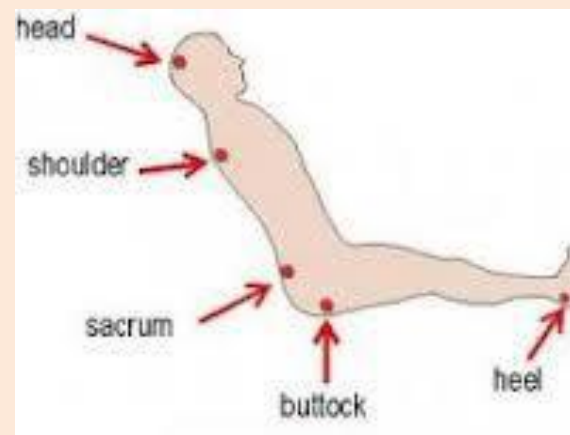


تعریف: زخم بستر به آسیب وارد شده به قسمتی از پوست و بافت بدن گفته می شود که معمولا در اثر نشستن یا خوابیدن طولانی مدت، در یک وضعیت ثابت ایجاد می گردد.

نقاط شایع زخم بستر:

لگن - ستون مهره ها - قسمت تحتانی کمر -
شانه ها - آرنج و باسن و پاشنه و قوزک خارجی پا
می باشد. در هر کسی که مدت زیادی در بستر می
خوابد یا در ویلچر می نشیند و نمی تواند وضعیت
خود را بطور مرتب عوض کرده و خود را جابجا کند؛
قسمتی از مراقبت روزانه وی، باید مکررا پوست
نواحی ذکر شده از نظر قرمزی یا هرگونه تغییر رنگ
و سفتی پوست و یا ایجاد زخم بررسی شود.



*پیشگیری از ایجاد زخم بستر مهمترین اقدام
در درمان زخم بستر است.

- تغییر وضعیت بیمار هر ۲ ساعت یکبار
- تعویض ملافه های خیس بیمار- رطوبت زمینه را برای بروز زخم بستر فراهم می کند.
- کنترل وضعیت بی اختیاری ادرار و مدفوع بیمار (داشتن سوند ادراری و تمیز کردن مقعد پس از دفع)
- کنترل ملحفه های زیر بیمار که چروک نداشته باشد.
- اگر لازم است بیمار مدت طولانی در بستر باشد باید از تشک بادی استفاده کرد- این تشکها از تمرکز فشار روی یک نقطه پوست جلوگیری میکند.
- حین جابجا کردن بیمار نباید او را روی تخت کشید بلکه باید بیمار را بلند کرد- اصطکاک باعث ایجاد زخم می شود.
- کنترل وضعیت تغذیه ای بیمار و داشتن رژیم غذایی پرپروتئین (گوشت- لبنیات- حبوبات)
- جلوگیری از خشک شدن پوست بیمار
- چرب کردن پوست سالم بدن با روغن زیتون یا روغن بادام تلخ
- استحمام در تخت در این بیماران لازم است.
- بررسی روزانه پوست نواحی از بدن که بیشتر
- احتمال زخم در آنها وجود دارد.

مراقبتها در زخم بستر:

- کم کردن فشار در ناحیه ای که زخم شده، اولین قدم در درمان زخم بستر است.
- جابجایی مکرر بیمار: بیمار با زخم بستر باید مرتباً تغییر وضعیت داده شده و همچنین در وضعیت مناسب قرار گیرد کسی که در روی صندلی چرخدار می نشیند باید هر پانزده دقیقه و کسی که دراز کشیده است باید هر دو ساعت یکبار وضعیت خود را عوض کند.
- استفاده از بالشت یا بالشک ها می تواند به بیمار کمک کند تا در وضعیت مناسب قرار گیرد بطوریکه فشار زیادی به محل زخم وارد نشود.
- تمیز نگه داشتن پوست بسیار مهم است.
- خارج کردن بافت آسیب دیده و مرده زخم بستر برای اینکه بافت ها بهبود یابند باید اول از دست بافت های مرده رها شوند. برای انجام این کار از روشهای گوناگونی استفاده میشود که عبارتند از:
 - ✓ عمل جراحی و خارج کردن بافت مرده از بدن
 - ✓ پانسمان های مخصوص نواحی صدمه دیده باعث تسریع بهبود و جدا سازی بافت مرده می گردد.

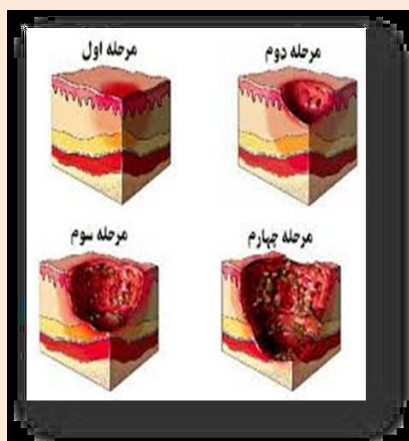


دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی سمنان

مرکز آموزشی پژوهشی و درمانی کوثر

پمفلت آموزش به بیماران در رابطه با:

زخم بستری



تهیه کننده: فاطمه جزعفریعی

(کارشناس پرستاری)

K(E.R)Epp/8/94.4/0

پاییز ۱۳۹۳

ص ۱



در صورت وجود هرگونه سوال یا ابهام با شماره

تلفن زیر تماس گرفته شود:

تلفن تماس: ۰۲۳-۳۳۴۳۷۸۲۱ داخلی ۲۳۲۲

بخش ICU داخلی، بیمارستان کوثر

منبع: پرستاری داخلی جراحی برونر و سودارث.

بیماریهای پوست و سوختگی. تهران: سالمی، ۵۷۳۱

منیر نوبهار. اصول و فنون پرستاری. بشری. ۵۷۸۱



ص ۶

وقتی زخم ایجاد شده است شستشو باید با محلول سالین یا سرم نمکی انجام شود.

➤ جهت پانسمان زخم بستر از بتادین نباید استفاده کرد. بتادین باعث کشته شدن سلولهایی که برای ترمیم زخم به تازگی تشکیل شده اند، می شود.

➤ پانسمان موجب خشک نگه داشتن زخم و ممانعت از ورود میکروب به آن می شود.

➤ اینکه از چه پانسمان یا پمادی برای درمان زخم بستر استفاده کنید حتما با پزشک مشورت نمایید، زیرا باید مرحله زخم بستر توسط پزشک تعیین گردد و برای آن دارو تجویز شود.

➤ رژیم غذایی باید شامل انرژی کافی - پروتئین (از طریق مصرف گوشت های سفید به ویژه ماهی - حبوبات و مغزها) کلسیم، روی، ویتامینهای C و E مصرف سبزیجات و میوه جات تازه باشد.

➤ مصرف مقدار مایعات توصیه شده برای سالم ماندن پوست (میزان مصرف مایعات حداقل ۸ تا ۱۰ لیوان در روز می باشد)

