

زخم های فشاری یا زخم بستر؛ زخم های پوستی دردناکی هستند که بر اثر فشارهای مداوم بر روی بخشی از بدن و انسداد عروق خونی تغذیه کننده ناحیه ای از پوست ایجاد می شود. قرمزی و تیرگی بخشی از پوست نخستین نشانه های زخم های فشاری است که با پیشرفت و وخامت این زخم ها تاول های پوستی تظاهر می کند و در نهایت به عفونت های زیربافتی، استخوانها و مفاصل منجر می شود.

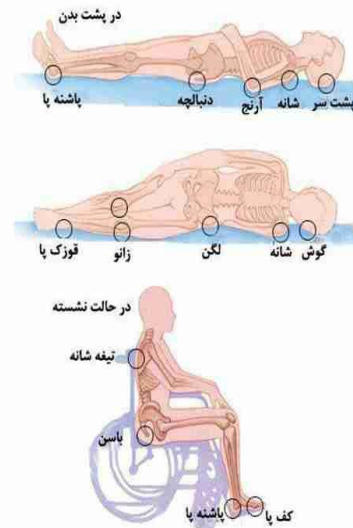
زخم بستر چیست ؟

زخم بستر هم چنین به عنوان زخم فشاری یا زخم bed sore شناخته شده است. زخم بستر ناشی از فشار طولانی مدت و غیر قابل برگشت به آن منطقه است. علت اصلی اسجاد فشار نامنظم به یک ناحیه از پوست است.

مراقبت های پرستاری از زخم بستر

اگر مدت زمان طولانی در یک موقعیت ثابت قرار گیرید، نقاط خاص بدن تحت فشار ثابت قرار می گیرند. در این موارد با اختلال گردش خون، زخم رخ می دهد. این زخم ها "زخم های فشاری" نامیده می شود.

زخم ها معمولاً در پوست و بافت های زیر پوستی و برآمدگی های استخوانی ایجاد می شوند. اکسیژن، آب و سایر مواد مغذی مورد نیاز برای تغذیه بافت ها به علت کاهش یا حتی مهار گردش خون در مناطق تحت فشار به بافت ها نمی رسد و در نتیجه بافت ها می میرند. سپس قطعات پوستی که از داخل مرده اند باز می شوند و زخم ایجاد می شود. بهبود زخم های فشاری دشوار است. مهم این است که از ایجاد آن جلوگیری کنیم. مراقبت های پرستاری برای جلوگیری و درمان زخم بستر مهم است.



قسمت های تحت فشار در حالت خوابیده به پشت:

- پشت سر
- آرنج
- استخوان پشت
- پاشنه ها

تشک موج چیست ؟

تشک موج فشار را کم می کند و به کاهش ایجاد زخم های فشاری کمک می کند که بیمار در بستر می باشد، بی حرکتی باعث جلوگیری نه گردش خون می شود. تماس دائمی بین بدن و تشک باعث ایجاد نقاط فشاری می شود که عروق خونی کوچک را می بندد و باعث قطع اکسیژن انتقال مواد مغذی به پوست و بافت می شود.

آیا زخم بستر باعث مرگ می شود ؟

زخم بستر در صورت عفونی شدن به شکلی که عفونت زخم وارد خون شود می تواند باعث مرگ بسیار شود.

چگونه از عفونی شدن زخم بستر جلوگیری کنیم ؟

استفاده همزمان از آنتی بیوتیک و هم چنین پانسمان مناسب بسته به نوع زخم می تواند از عفونی شدن یا پیشرفت عفونت جلوگیری نماید.

آیا انجام عمل جراحی در زخم بستر باعث تسریع روند بهبودی زخم می شود ؟

محل جراحی یا دبیردمان اولین و مهمترین اولویت در درمان زخم بستر می باشد برداشتن بافت مرده کمک شایانی به تسریع درمان خواهد کرد.

چه پیشنهادی برای درمان خانگی زخم بستر در مراحل اولیه دارید ؟

در درجه اول مهمترین قسمت درمان در زخم بستر برطرف کردن عامل ایجاد یعنی فشار می باشد بعد از جابجایی مرتب بیمار هر دو ساعت یکبار و ماساژ مناطق فشار می باشد.



به نام یگانه هستی بخش



دانشگاه علوم پزشکی خدمات بهداشتی درمانی تهران

بیمارستان شهید حسین پور لنگرود

جلوگیری از زخم های فشاری



کار گروه آموزش سلامت بیمارستان

ویرایش بهار ۱۴۰۴

ب- تمرینات روزانه باید انجام شود.

بیمارانی که غیرفعال هستند، کسانی هستند که بیشترین نیاز را به حرکت دارند.

هر حرکتی کارساز خواهد بود، بنابراین بیماران باید به حداکثر ممکن حرکت داده شوند.

تقریباً هر قسمت از بدن، هر اندام و مفصل بایستی به طور جداگانه و مکرر حرکت داده شود.

هر حرکت بیمار یک ورزش است

هر حرکتی که توسط شخص دیگری انجام می شود نیز یک ورزش است.

مهمترین علت ایجاد زخم بستر چیست ؟

مهمترین عامل فشاری می باشد که در اثر بی تحرکی ایجاد می شود. فشار بیش از ۳۲ میلیمتر جیوه به پوست باعث ایجاد زخم بستر می شود. بیماری که در بستر می باشد به طور روتین باید هر ۲ ساعت یکبار جابجا شود.

منبع: پیشگویی امیرحسین (۱۳۹۷) مقایسه تاثیر پوششهای هیدروکلئید و گاز مرطوب بر بهبود زخم فشاری در بیماران دچار ضایعات محیطی - فصلنامه پرستاری دانشکده پرستاری ارتش

شماره تماس بیمارستان شهید حسین پور لنگرود:

01341564001

اقداماتی که باید انجام شود:

الف- اقدامات عمومی :

پوست همه افراد در معرض خطر حداقل یکبار در روز بررسی می شود.

باید به قسمت های برآمدگی استخوانی توجه ویژه شود

اولین اثر روی پوست ممکن است نادیده گرفته شود. به همین دلیل باید آن را با دست بررسی کنید تا ببینید آیا افزایش حرارت و سخت شدن پوست وجود دارد.

در قسمت هایی که بی حس شده اند، نباید بیشتر از ۱۵-۲۰ دقیقه خوابید.

برای کاهش فشار، باید از تشک های مخصوص (هوا، آب و لاتکس، فوم و غیره) استفاده شود.

دست و پا باید با بالش و حوله پشتیبانی شود.

موقعیت بیمارانی که می توانند بنشینند باید در ساعت معین تغییر کنند.

ب- درجه حرارت و رطوبت اتاق باید تنظیم شود.

دمای اتاقی که بیمار در آن قرار دارد باید بین ۲۰ تا ۲۴ درجه باشد و رطوبت بین ۳۵ تا ۵۰ درصد باشد. برای رسیدن به این هدف، یک دماسنج و رطوبت سنج ساده باید در اتاق نگهداری و کنترل شود.