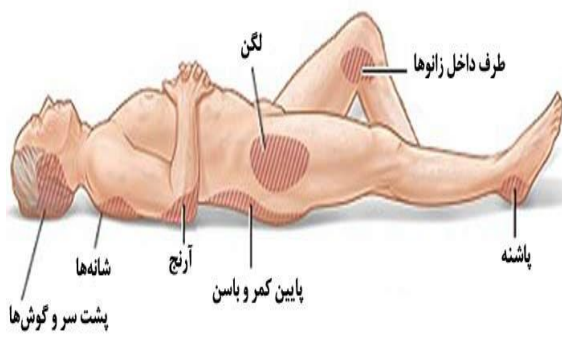


زخم بستر یا Bed Sore چیست؟

گروه هدف: بیمار و همراهان

نواحی حساس به زخم بستر



پشت سر و گوش‌ها

شانه‌ها

آرنج

پایین کمر و باسن

لگن

طرف داخل زانو‌ها

پاشنه

۵

در این موارد بیماران معمولاً نیاز به عمل جراحی دارند. در این اعمال جراحی بافت فرسوده و عفونی کاملاً خارج شده و سپس با استفاده از روش‌های جراحی ترمیمی از پوست قسمت‌های دیگر بیمار استفاده شده و روی استخوان یا تاندون‌ها پوشانده می‌شود.

نیاز به مواد مغذی به موازات افزایش نیاز انرژی در زخم بستر افزایش می‌یابد. با این وجود نیاز به اکثر مواد مغذی با رژیم متعادل و متنوع تامین می‌شود. رژیم غنی از میوه‌جات و سبزیجات، ماهی، مغزها و دانه‌ها برای تامین مواد مغذی کافی برای سلامت پوست و بهبود جریان خون توصیه می‌شود. دریافت کافی کالری، پروتئین، مایعات، ویتامین‌ها و مواد معدنی برای حفظ یکپارچگی بافت و پیشگیری از شکست بافت موردنیاز است.

منبع:

برونر سوارث ۲۰۲۲

۴

خارج کردن بافت آسیب دیده و مرده زخم بستر:

برای اینکه بافت‌ها بهبود یابند باید اول از دست بافت‌های مرده رها شد. برای انجام این کار از روش‌های گوناگونی استفاده می‌شود که عبارتند از: عمل جراحی و خارج کردن بافت مرده از بدن، شستشوی تحت فشار که موجب کندن بافت‌های مرده از زخم می‌شوند. استفاده از مواد شیمیایی مخصوص که مانند آنزیم عمل کرده و بافت مرده را در خود حل می‌کنند.

تمیز کردن و پانسمان مرتب زخم بستر برای ممانعت از عفونت باید زخم را تمیز نگه داشت. زخم مرحله یک را می‌توان مرتب با آب تمیز و صابون ملایم شستشو داد ولی وقتی زخم ایجاد شده است، شستشو باید با محلول سالین یا نمکی انجام شود. پانسمان موجب خشک نگه داشتن زخم و ممانعت از ورود میکروب به آن می‌شود. انواع مختلف پانسمان به صورت گاز، ژل، فوم یا فیلم وجود دارند.

درمان جراحی زخم بستر

گاهی اوقات زخم بستر آنچنان شدید شده و گسترش می‌یابد که منطقه وسیعی از پوست از بین رفته و بافت‌های زیرین آن مانند استخوان و تاندون‌ها بدون حفاظ می‌مانند.

تهیه کنندگان: گروه آموزش به بیمار مرکز

با نظارت دکتر محمد فرحبخش (متخصص بیماری‌های عفونی)

بازبینی تابستان ۱۴۰۳

زخم بستر (Bedsore) یا زخم های فشاری

Pressure Ulcer ضایعه ای است که در پوست و بافت های زیرپوستی و بر اثر فشار ممتد و طولانی مدت بر پوست ایجاد می شود. زخم بستر اغلب در نقاطی از بدن ایجاد می شود که پوست روی یک برجستگی استخوانی قرار گرفته مانند پاشنه و بین باسن ها. زخم بستر بیشتر در کسانی ایجاد می شود که برای مدت طولانی در یک وضعیت ثابت می خوابند و توانایی تغییر وضعیت خود در بستر را ندارند.

این بیماری از عوارض شناخته شده و مهم بعضی شکستگی ها است. زخم های بستر به سرعت ایجاد می شود و درمان آنها مشکل است.



در کسانی که مدت زیادی روی ویلچر می نشینند، زخم بستر می تواند در محل های زیر تشکیل شود.

- ◀ پشت استخوان خارجی درست بین دو برجستگی باسن یا روی برجستگی باسن
- ◀ پشت استخوان های کتف یا ستون مهره
- ◀ پوست روی ساعد یا ران در جاییکه روی صندلی تکیه می دهند.

شستشودر بیمارستان و در منزل باید بعد از هر بار دفع ادرار و مدفوع دقیق و از قسمت جلو به عقب انجام شود که شستشو با آب ولرم و بتادین رقیق شده و یا با سرم شستشو (نرمال سالین) مناسب است و بعد از هر بار شستشو بهتر است محل بخیه با دستمال تمیز خشک شود.

در هر کسی که مدت زیادی در بستر می خوابد یا در ویلچر می نشینند و نمی تواند وضعیت خود را به طور مرتب عوض کرده و خود را جابجا کند، جزیبی از مراقبت روزانه وی، بررسی مکرر پوست نواحی ذکر شده برای دیدن علائم احتمالی تشکیل زخم فشاری است. به محض دیدن علائم ذکر شده باید با پزشک تماس گرفت.

مراحل درمان زخم بستر عبارتند از

کم کردن فشار اولین قدم در درمان زخم بستر است صرفنظر از اینکه در چه مرحله ای باشد. برای رسیدن به این هدف باید اقدامات زیر را انجام داد:

- ◀ **جابجایی مکرر بیمار:** بیمار با زخم بستر باید مرتباً تغییر وضعیت داده شده و همچنین در وضعیت مناسب قرار گیرد. کسی که در روی صندی چرخدار می نشیند باید هر ۱۵ دقیقه و کسی که دراز کشیده است باید هر یک ساعت یکبار وضعیت خود را عوض کند. پرستار بیمار می تواند در این کار به بیمار کمک کند. استفاده از وسایل خاص می تواند به بلند کردن و جابجا کردن بیمار بدون مالش زیاد به بستر کمک کند.

- ◀ **سطوح حمایت کننده:** استفاده از بالشت یا بالشتک ها می تواند به بیمار کمک کند تا در وضعیت مناسب قرار گیرد به طوری که فشار زیادی به محل زخم وارد نشود. از بالشتک های حاوی هوا یا آب می توان در زیر محل هایی که زخم ایجاد شده است استفاده کرده تا فشار کمتری به آن وارد شود.