



## زخم فشاری (زخم بستر)



تهیه و تنظیم:

واحد آموزش به بیمار

۱

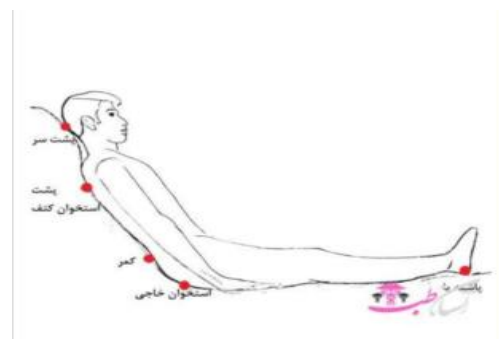
زخم بستر یا زخم فشاری چیست؟

زخم بستر یا زخم فشاری ضایعه ای است که در پوست و بافت‌های زیر پوستی ایجاد میشود علت آن فشار ممتد و طولانی مدت بر پوست می باشد. زخم بستر اغلب در نقاطی از بدن ایجاد می شود که پوست بر روی یک برجستگی استخوانی قرار گرفته و در بین آنها عضله ای وجود ندارد.

زخم بستر بیشتر در کسانی ایجاد میشوند که توانایی حرکت ندارند و مجبورند برای مدت طولانی در یک وضعیت ثابت قرار بگیرند.

زخم بستر یا زخم فشاری به چه عللی ایجاد میشود؟

- + فشردن ممتد پوست بین برجستگی استخوانی و سطح بستر ،
- + کشیدن ملحفه زیر بیمار



۲

### مراحل ایجاد زخم بستر

زخم بستر در طی ۲ مرحله ایجاد می شود. در مراحل اول شدت آن کم بوده و در مراحل بعدی شدت آن بیشتر میشود این مراحل به ترتیب عبارتند از:

#### مرحله اول:

پوست سالم است: 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 نرم تر از معمول سرد تر یا گرم تر از معمول شود

#### مرحله دوم

لایه رویی پوست ( اپیدرم ) از بین می رود یک زخم کمی فرورفته به رنگ صورتی یا قرمز در محل تشکیل می شود ممکن است در محل تاول تشکیل شود.

۳

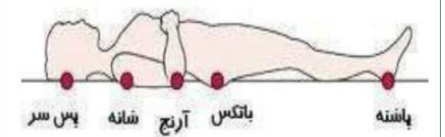
## مرحله سوم

چربی زیر پوست نمایان  
میشود زخم گود می شود  
ته زخم بافت مرده زرد رنگ دیده  
می شود  
آسیب ممکن است به زیر پوست  
سالم هم انتشار یابد

## مرحله چهارم

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

## زخم بستر در چه محل‌هایی بیشتر دیده می شود؟



## درمان

### ۱- جابجایی مکرر

بیمار بلید هر دو ساعت یکبار در  
تخت تغییر وضعیت داده شود به این  
شکل:

دو ساعت به پشت  
دو ساعت بعد به پهلو سمت راست  
دو ساعت بعد به پهلو سمت چپ  
سپس دو ساعت به پشت و تکرار  
حالت‌های قبل این چرخه بلید در طی  
۲۴ ساعت شبانه روز و در تمام  
روزهای هفته مرتب تکرار گردد.

### ۲- سطوح حمایت کننده:

استفاده از بالش یا بالش‌تکها برای  
کاهش فشار بر نواحی مستعد زخم  
۳- استفاده از تشک‌های موج مناسب:  
از تشک‌های موج با قطر و ارتفاع  
بالا استفاده نمایند تا اثرات کاهش  
فشار مناسب ایجاد کنند.

داشتن تشک موج باعث نشود تغییر  
وضعیت بیمار انجام نشود.

### □ اقدامات اولیه در زخم بستر:

اگر پوست تاول زده است، آن را پاره نکنید.  
مطلقاً از الکل جهت ماساژ دادن استفاده نکنید  
زیرا پوست را خشک می کند.  
مطلقاً از پودر تالک استفاده نکنید چرا که منافذ را  
مسدود می کند.  
از بتادین جهت شستوی زخم استفاده نکنید.  
برای تمیز کردن زخم از سرم فیزیولوژی استفاده  
کنید.

### پیشگیری از زخم بستر

- + ممانعت از آلودگی پوست با ادرار و مدفوع
- + تغذیه مناسب (کالری، پروتئین، ویتامین، مواد معدنی و آب به بدن رسانده شود).
- + تغییر وضعیت دادن مکرر بیمار
- + ضد عفونی ملحفه‌ها و اتوکشی آنها
- + نواحی که زیاد عرق می کند مرتب با آب و صابون شستشو دهید
- + ماساژ پوست با روغن بادام یا روغن زیتون