

زخم بستر چیست؟

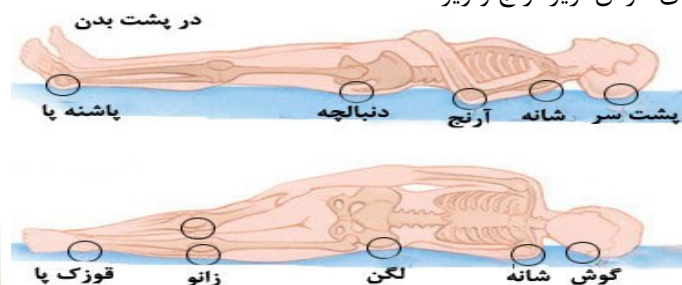
زخم بستر که آن را اصطلاحاً زخم فشاری نیز می نامند، عارضه ای است که بر اثر فشار مستمر و اصطکاک، رطوبت، دما، کهولت سن یا استعمال دارو بوجود می آید. بیمارانی که به علت اختلال حسی، حرکتی یا عدم هوشیاری در بستر می باشند در معرض آسیب پوست و بافت ها قرار دارند.

آسیب پوست و بافت زیر پوستی به دلیل تحت فشار قرار گرفتن پوست بین یک استخوان مثل استخوان لگن و یک سطح خارجی (مثل بستر) برای مدت طولانی را زخم بستر می نامند.

زخم بستر از یک قرمزی ساده شروع شده و تا زخم عمیقی که به استخوان می رسد به سرعت گسترش می یابد.

نواحی شایع ایجاد زخم بستر:

قوزک پا، پاشنه پا، زیر باسن، بین دو باسن، مهره های کمر، مهره های گردن، زیر آرنج و زیر کتف



عوامل خطر بروز زخم بستر:

- حمام نکردن بیمار
- جا به جا نکردن و ماساژ ندادن بیمار
- ملحفه خیس یا تانخورده یا چروک شده
- پوشش پلاستیکی زیر بیمار یا تشک نامناسب
- بی اختیاری ادرار و مدفوع
- تغذیه نامناسب
- هر وسیله ای که زیر بیمار قرار گیرد و روی آن نقطه فشار آورد

مراحل ایجاد زخم های فشاری:

۱. قرمزی و تیرگی پوست که با وارد کردن فشار بر روی محل به رنگ سفید در می آید.

۲. پوست نواحی از بدن از بین می رود و به صورت خراشیدگی، تاول یا فرور رفتگی های کم عمق تظاهر می کند.

۳. در مراحل پیشرفته تر ضایعه زخم فشاری به بافت های زیرین گسترش می یابد.

۴. پوست از دست رفته و ضایعه آن به عضله و استخوان هم نفوذ می کند.



بررسی مکرر پوست و رعایت نکات زیر به پیشگیری از ایجاد شکنندگی پوست و زخم بستر کمک می کند:

استحمام

- سعی کنید بیمار را هر روز حمام کنید. اگر امکان این مسئله وجود ندارد، حداقل روزی یک بار تمام بدن را با آب گرم پاک کنید.
- برای حمام در بستر، باید هر قسمت از بدن به صورت جداگانه شسته و خشک شود مثلاً ابتدا دست ها، سپس پا ها، شکم و بقیه اندام. با همکاری یک فرد دیگر یک لگن از پشت زیر گردن بیمار قرار دهید و سر و گردن و موهای بیمار را بشویید.
- نواحی که زیاد عرق می کند مثل کشاله ران، بین دو باسن و زیر بغل را به خوبی با آب و صابون بشویید.
- به محض اینکه بیمار مدفوع کرد، تعویض شود و ناحیه را با آب گرم و صابون بشویید و خشک کنید.
- در صورتی که در اثر مدفوع بدن بیمار قرمز شد، بعد از شستشوی ناحیه آن را با پماد اکسید دوزنگ چرب نمایید.

* بعد از هر بار حمام کردن برای جلوگیری از خشک و حساس شدن پوست، بدن بیمار را می توانید با لوسین بچه، روغن زیتون یا روغن بادام ماساژ دهید.

ماساژ پشت

- دست ها را بشویید.
- بیمار را به پهلو یا شکم قرار دهید.
- لوسین را با کف دست های خود گرم کنید.
- دست ها را کنار هم در قسمت پایین ستون مهره ها قرار دهید و به طرف بالا با حرکت ملایم و دورانی ماساژ دهید.
- سپس با حرکت آرام به طرف باسن برگردید. ماساژ را ۳ دقیقه ادامه دهید.
- تمام پشت، ناحیه دنبالچه، شانه ها، گردن و بازوها را با حرکات دورانی ماساژ دهید و چند دقیقه آن را ادامه دهید.
- پوست مددجو را به آرامی و با حرکت ملایم چنگ بزنید.
- سپس با حرکت ملایم ماساژ را کامل کنید.
- لوسین های اضافه را با حوله از روی پوست پاک کنید.

ملحفه

- ملحفه بیمار را روزانه عوض کنید.
- جنس ملحفه را از نخ یا پنبه انتخاب کنید.
- در صورتی که ملحفه بیمار خیس شد، بلافاصله آن را عوض کنید.
- از ملحفه مرطوب استفاده ننمایید.
- از تا خوردن و چروک شدن ملحفه زیر بیمار جلوگیری کنید.
- ملحفه ها را ضد عفونی کرده و حتماً در آفتاب یا با اتو خشک گردد.
- در صورتی که بیمار دارای بی اختیاری ادرار یا مدفوع می باشد می توانید از پوشش های پلاستیکی زیر بیمار استفاده نمایید، اما به شرطی که روی آن یک ملحفه نخی پهن شود.