



Mashhad University of
Medical Sciences

آموزش به بیمار

تاریخ صدور : ۱۴۰۱/۰۴/۰۱

تاریخ بازنگری : ۱۴۰۳/۰۴/۰۱

کد بازنگری : OH-PE-B52/02

آشنایی با زخم بستر



مرکز آموزشی - پژوهشی و درمانی امید

واحد آموزش سلامت

وضعیت افراد بستری را هر دو ساعت یک بار تغییر دهید و از ایجاد خراش بپرهیزید.

وضعیت افراد ویلچری را هر ساعت تغییر دهید.

سعی کنید از در معرض قرار گرفتن پوست با رطوبت اجتناب کنید.

نواحی استخوانی بدن و زخم های فشاری (بستر) را ماساژ ندهید.

از پوشش های حمایتی نظیر کوسن و پوشش های لایه دار استفاده کنید که البته مراقب باشید این وسایل منبعی برای وارد کردن فشار نباشد.

جهت دریافت خدمات آموزشی در رابطه با بیماری ها و سوالات احتمالی با کلینیک پرستاری آموزش سلامت به صورت مراجعه حضوری یا تماس تلفنی در ارتباط باشید.
ساعت فعالیت : همه روزه صبح ها ۸-۱۳

شماره تماس : ۳۸۴۲۶۰۸۴ ، داخلی ۸۵۴۴ - ۸۶۲۲

روش های دسترسی به آموزش های مجازی بیمارستان :

۱. وب سایت بیمارستان به آدرس

<https://omid.mums.ac.ir/index.php/nursing-services/amoozesh-salamat/43-uncategories/447-brochure>



۲. اسکن بارکد مقابل با نرم افزار بارکدخوان تلفن همراه و ورود مستقیم به صفحه مطالب آموزشی سایت

منبع : وب سایت Med line plus

مراقبت از پوست و زخم بستر:

روزانه پوست را برای یافتن نشانه های از زخم با دقت بررسی کنید.

از نواحی از بدن که مستعد ابتلا به زخم ها بر اثر فشار ، اصطکاک ، مالش و رطوبت هستند مراقبت کنید.

چنانچه متوجه نخستین علائم و نشانه های عفونت شدید سریع موضوع را به پزشک یا پرستار اطلاع دهید.

ضمن رعایت رژیم غذایی متعادل میزان پروتئین مصرفی را برای سالم نگه داشتن بافت سالم افزایش دهید.

زخم های فشاری (بستر) را فقط با کمک سرم شستشو ، شستشو دهید.



الکل طبی



پماد زینک اکساید



بتادین

از وارد کردن فشار مستقیم به نواحی از بدن یا استخوان برجسته نظیر آرنج و لگن خودداری کنید.

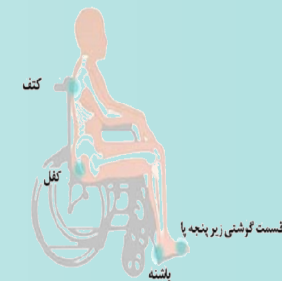
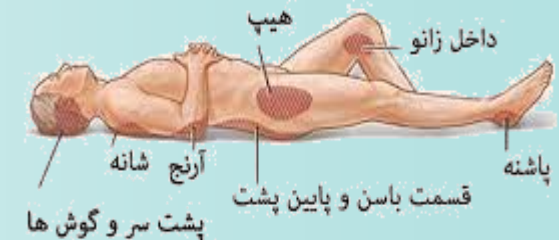
از بالش ها و پد های حمایت کننده در نواحی چون بازو ، ران و مناطق آسیب پذیر استفاده کنید.

این راهنما جهت آشنایی شما با زخم بستر و مراقبت های آن تهیه شده است. امیدواریم که این محتوا در روند درمانی شما موثر واقع شود.

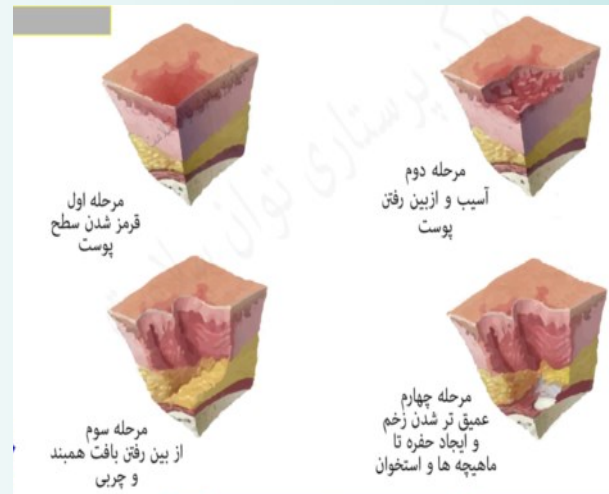
زخم بستر چیست؟

زخم بستر زخم های پوستی دردناک هستند که بر اثر فشار های مداوم بر روی بخشی از بدن و انسداد عروق خونی تغذیه کننده ناحیه ای از پوست ایجاد می شود.

نواحی که زخم فشار ایجاد می شود



مراحل زخم بستر:



عوامل خطر در ایجاد زخم بستر:

- سن
- بی تحرکی
- بی اختیاری ادرار
- سوءتغذیه و دهیدراتاسیون
- بیماری ها و اختلالاتی که بهبود را کندتر می کند

عوامل بیرونی

- فشار زیاد در یک راستا
- نیروهای کششی و برشی
- آسیب فشاری
- گرما
- رطوبت
- حالت بدن

عوامل داخلی

- بی حرکتی
- کاهش حس
- سن
- بیماری
- خصوصیات بدن
- سوء تغذیه
- عفونت

زخم بستر

فشار مداوم در کمتر از ۲ ساعت پوست را تخریب میکند.

پیشگیری از زخم بستر:

تغییر رنگ، پارگی یا تورم در پوست به ویژه در نواحی از بدن با استخوان های برجسته را جدی بگیرید.

نشانه های عفونت (گرمی، تورم و خروج چرک) در منطقه ضایعه دیده را حتماً به پزشک یا پرستار خود اطلاع دهید.

افرادی که به مدت طولانی بستری هستند یا از صندلی چرخدار برای مدت طولانی استفاده میکنند، مستعد بروز زخم بستر هستند و بهتر است هر دو ساعت تغییر وضعیت داشته باشند.

زخم های فشاری در مراحل اولیه می تواند در منزل با کاهش میزان فشار وارده، تمیز نگه داشتن زخم ها و استفاده از پانسمان های مناسب درمان کرد.

