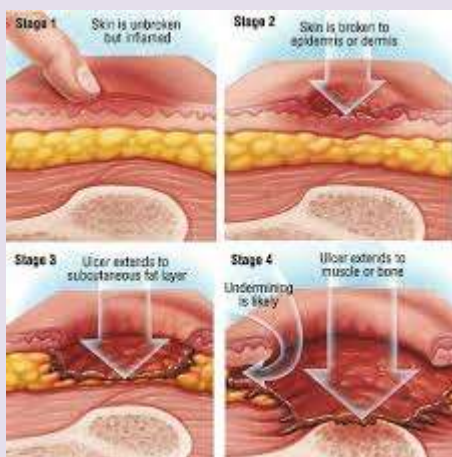


## دانشگاه علوم پزشکی اردبیل



### مراقبت از زخم بستر



### کارگروه آموزش به بیمار بخش آی سی یو

کد سند: EM-EP-23

تاریخ تدوین: تابستان 1400

تاریخ بازنگری: زمستان 1402

تاریخ ابلاغ: زمستان 1402

**نکته:** پوشش پلاستیکی در صورتیکه با بدن بیمار در تماس باشد احتمال ایجاد زخم بستر را افزایش می دهد.

پشت تشک وسیله ای وصل است که موتور دستگاه میباشد از ضربه زدن و خیس کردن آن خودداری کنید.

مواظب باشید سیم های رابط متصل به تشک پاره نشوند یا از دستگاه جدا نگردند.

**نکته:** استفاده از تشک مواج حتما باید همراه با جابجایی بیمار در تشک باشد (هر 2-3 ساعت باید بیمار در تشک و بر روی تخت جابجا شود)، جابجایی ها به پهلو هر دو طرف و به پشت خواهد بود.



منبع: داخلی جراحی برونر سودارث

در صورت نیاز به سایر مطالب آموزشی اسکن نمایید



فشار را از ناحیه قرمز شده حذف کنید. با سرم شستشو یا آب ولرم بشوئید و پماد تجویز شده توسط پزشک را بمالید. در صورت پیشرفت زخم با کارشناس زخم مشورت کنید.

### تشک مواج

این تشک در بیمارانی استفاده می شود که باید به مدت طولانی در بستر استراحت کنند. این تشک که روکش ضد آب دارد با توجه به وزن بیمار تنظیم می شود به صورت اتوماتیک قسمتهای مختلف تشک از هوا پر و خالی می شود که این کار باعث می شود فشار روی یک نقطه از بدن وارد نشود و از زخم بستر تا حدودی جلوگیری می کند.

چک کنید که تشک همیشه به برق وصل باشد.

هرگز شئی تیزی در تشک فرو نکنید در اثر سوراخ شدن تشک کارآیی لازم را از دست می دهد.

برای ضد عفونی کردن سطح تشک از محلول آب و وایتکس (یک لیوان وایتکس و 9 لیوان آب) استفاده کنید.

روی تشک را با ملافه پارچه ای از جنس نخ یا پنبه بپوشانید در قسمت مرکزی یعنی جایی که باسن قرار می گیرد یک روکش پلاستیک بیاندازید و مجددا روی روکش پلاستیک را با روکش نخی بپوشانید.

اگر بیماری که بستری است به مدت طولانی در یک وضعیت قرار بگیرد و به علت اعمال فشار مداوم روی پوست، یک ناحیه دچار عدم خونرسانی و در نهایت دچار قرمزی یا زخم شود اصطلاحاً زخم بستر یا زخم فشاری می گویند.

زخم بستر از یک قرمزی ساده در سطح پوست شروع شده و به سرعت گسترش می یابد و به صورت زخم، تاول تا بافت‌های زیرین پوست و حتی تا استخوان بیمار پیشروی می کند مخصوصاً در افراد مسن و افرادی که دچار محدودیت حرکتی هستند.

در صورتی که متوجه هر گونه قرمزی در پوست بیمار شدید بلافاصله باید اقدامات مراقبتی و درمانی را شروع کنید چون در عرض کمتر از چند روز این زخم کلیه بافت را از بین می برد این زخم بیشتر در قسمتهایی که دارای برجستگی های استخوانی و تحت فشار و یا در تماس مستقیم با ملحفه بیمار است دیده میشود: مانند قوزک پا، پاشنه پا، زیر باسن، بین دو باسن، مهره های کمر، مهره های گردن، زیر آرنج، زیر کتف



### مواردی که باعث ایجاد زخم بستر می شود:

1- تشک نامناسب

2- ملحفه خیس و یا تا خورده یا چروک شده

3- هر وسیله ای که زیر بدن بیمار قرار بگیرد و روی آن نقطه فشار آورد.

4- پوشش پلاستیکی زیر پای بیمار

5- عدم رعایت بهداشت فردی

6- جابه جا نکردن و ماساژ ندادن بیمار

### جهت پیشگیری از زخم بستر چه باید کرد؟

1- سعی کنید بیمار را هر روز حمام کنید اگر امکان این مسئله وجود ندارد حداقل روزی یکبار همه بدن را با آب گرم پاک کنید.

2- روزانه ملحفه بیمار تعویض شود.

3- ملحفه بیمار از جنس نخ یا پنبه انتخاب شود.

4- در صورتی که ملحفه بیمار خیس شد بلافاصله تعویض شود.

5- از ملحفه مرطوب زیر بدن بیمار استفاده نشود.

6- روکش پلاستیکی به طور مستقیم با بدن بیمار تماس نداشته باشد و حتماً روی روکش از ملحفه نخی یا پنبه استفاده کنید.

7- نواحی که زیاد عرق می کند مانند کشاله ران، بین دو باسن

، زیر بغل و ... با آب و شوینده ملایم (مثل شامپو بچه) به خوبی شسته و خشک شود.

8- بعد از هر بار حمام کردن جهت جلوگیری از خشک و حساس شدن پوست بدن بیمار را می توانید با لوسیون بچه، روغن زیتون یا روغن بادام ماساژ دهید. به محض آنکه بیمار مدفوع کرد لباس یا پوشاک بیمار تعویض شود ناحیه را با آب ولرم و شامپو بچه بشوئید و خشک کنید.

10- در صورتی که در اثر مدفوع بدن بیمار قرمز شد بعد از شستشوی ناحیه آنرا با پماد تجویز شده توسط پزشک چرب کنید.

11- از تا خوردن و چروک شدن ملحفه زیر بدن خودداری کنید.

12- هر 2 ساعت یکبار بیمار را در تخت جابجا کرده و نواحی حساس به جز روی استخوان ها را به آرامی ماساژ دهید.

13- از تشک مواج با کیفیت خوب استفاده کنید.

14- اگر پوست بیمار تاول زد آنرا پاره نکنید و ناحیه تاول زده را طبق توصیه کارشناس زخم مراقبت کنید و از اعمال فشار در ناحیه حتماً خودداری کنید.

**اقدامات اولیه:** اولین کاری که باید انجام دهید آن است که اجازه ندهید ناحیه قرمز شده در تماس با تشک، ملحفه، پتو و ..... باشد.