

زخم فشاری



واحد آموزش سلامت

بیمارستان سردار سلیمانی

[بیمارستان شهید سلیمانی](https://soleimany-hosp.umsha.ac.ir)

<https://soleimany-hosp.umsha.ac.ir>

۰۸۱-۳۴۹۴۷۷۰۱-۷ داخلی ۳۵۷

زخم بستر (Bedsore) یا زخم فشاری به آسیب یا از بین رفتن تمامیت پوستی در اثر فشار طولانی مدت بر یک با چند ناحیه از بدن گفته می شود زخم بستر اغلب در نقاطی از بدن که پوست بر روی برجستگی استخوانی قرار دارد و ذخیره بافت چربی و بافت عضلانی در آنجا کم است مانند پاشنه پا و بین باسن ها و بیشتر در کسانی که مجبورند برای مدت طولانی در یک وضعیت ثابت بخوابند و توانایی تغییر وضعیت خود در بستر را ندارند ایجاد می شود. گرچه علت اصلی فشار وارد به پوست می باشد ولی عوامل دیگری در ایجاد زخم فشاری نقش اساسی دارند از جمله:

۱- نیروهای برنده و مالشی، رطوبت: در یک فرد بستری در تخت خواب به علت کشیده شدن بر روی تخت و وجود رطوبت ناشی از تعریق، ادرار و مدفوع، پوست نازک مستعد صدمات ناشی از فشار می شود.

۲. کاهش حس و حرکت: در کسانی که به علت صدمات نخاع و دیگر مشکلات عصبی توانایی احساس درد و ناراحتی ناشی از فشار را ندارند و یا از صندلی چرخدار استفاده می کنند احتمال ایجاد زخم فشاری بسیار زیاد است.

۳- سن و تغذیه: در سنین بالاتر از ۵۸ سال، به علت نازک شدن پوست احتمال ابتلا به زخم فشاری بیشتر می شود همچنین در افرادی که روزانه به میزان کافی

پروتئین و ویتامین مثل ویتامین C، E و مواد معدنی دریافت نمی کنند احتمال زخم فشاری بالاتر است.

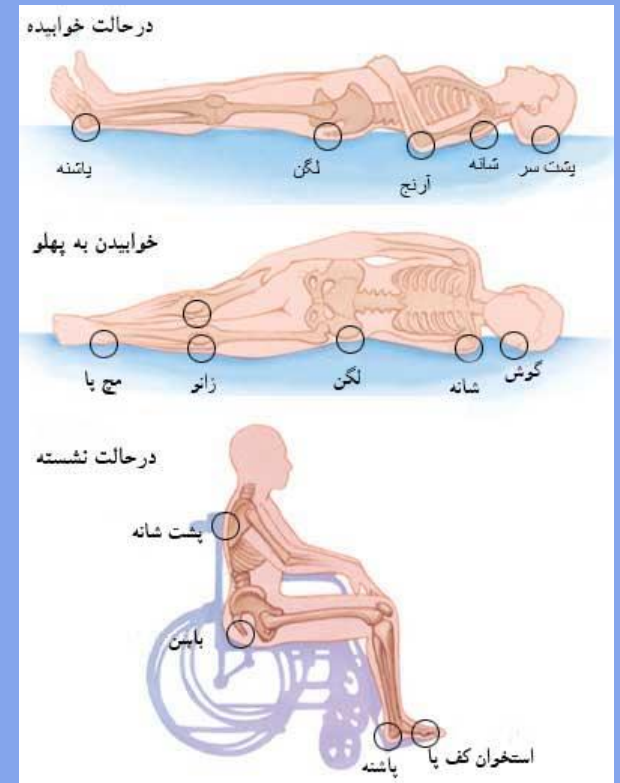
۳ کاهش وزن: کاهش وزن شدید میتواند موجب کم شدن حجم عضلات و چربی زیر پوستی شده و حالت بالشتک نرمی را که این بافت ها در زیر پوست ایجاد میکنند از بین میبرد. در اثر آن پوست تحت فشار زیاد قرار گرفته و زخم میشود.

۵- سیگار: سیگار جریان خون پوست را کم کرده و اکسیژن خون را هم کم میکند. پس در سیگاری ها زخم بستر سریعتر تشکیل شده و دیرتر خوب میشود.

زخم بستر در چه محل هایی بیشتر دیده میشود؟

در کسانی که مدت زیادی در بستر در حالت درازکش به پشت قرار گرفته اند: **پشت سر، پشت استخوان های کتف، پشت استخوان خاجی، بین دو برجستگی باسن (ساکروم)، پشت پاشنه**

در کسانی که مدت زیادی به پهلو دراز کشیده اند زخم بستر ممکن است در نواحی زیر دیده شود: **کناره های سرگوش، لاله گوش، روی برجستگی کناری لگن، روی برجستگی کناری زانو (پوست روی سر استخوان نازک نی)، روی پوست قوزک خارجی**



علائم زخم بستر :

علائم این زخم با توجه به اینکه زخم در چه مرحله ای قرار دارد متفاوت است. برای طبقه بندی نیاز به مهارت و تخصص است. پوستی که در اثر فشار و اصطکاک قرمز شده با فینگر تست طبقه بندی میشود.

زخم بستر درجه ۱: اگر بعد از اعمال فشار بافت برگشت پذیر نباشد .

زخم بستر درجه ۲: شامل نفوذ زخم و جدایی اپیدرم از لایه زیرین و تشکیل تاول هاست .

زخم بستر درجه ۳: پیشرفت زخم تا بالایی عضله
 زخم بستر درجه ۴: از بین رفتن بافت عضله و رسیدن زخم به استخوان احتمال عفونت استخوان بسیار بالا

پیشگیری از ایجاد زخم فشاری آسان تر و موثر تر از درمان می باشد .

کاهش فشارهای پوستی: موثر ترین روش در پیشگیری تغییر وضعیت دادن به بیمار است این تغییر وضعیت باید مکرر صورت پذیرد.

هر ۱ تا ۲ ساعت یک بار بیمار را در تخت جابجا کرده و نواحی حساس را به آرامی ماساژ دهید .

تشک مواج میتواند برای این بیماران موثر باشد.

بیمار که از ویلچر استفاده میکند باید هر ۱۵ دقیقه خودش و هر یک ساعت با کمک دیگران تغییر وضعیت دهد.

2- کم کردن نیروهای برنده و مالشی: از کشیده شدن

بیمار بر روی تخت و یا ویلچر جلوگیری کنید برای جابجایی بیمار او را بلند کنید تخت را از ذرات ریز غذا و سایر مواد تحریک کننده پوست تمییز نمایید بالشتک هایی را زیر آرنج و پاشنه های بیمار قرار دهید تا میزان فشار کاهش یابد. از خاراندن و محکم شستن پوست خودداری نمایید.

۳) بررسی روزانه پوست : هر روز به طور مرتب باید پوست نقاطی را که احتمال زخم بستر دارند بدقت و ارسی کنید. در لمس باید به مواردی همچون گرمی، سفتی و ورم توجه کنید .

اگر بیمار کنترل ادرار و مدفوع ندارد باید ناحیه را با آب گرم و صابون بشویید و خشک کنید .

پوشک بیمار را مکرر تعویض نمایید.

از تا خوردن و چروک شدن ملحفه زیر بدن بیمار

جلوگیری کنید .ملحفه از جنس نخ و پنبه انتخاب کنید و روزانه آن را تعویض نمایید . در صورت خیس شدن ملحفه بلافاصله آن را تعویض کنید.

۴) تشویق بیمار به داشتن تغذیه مناسب و نرمش های

روزانه : تغذیه مناسب جهت جلوگیری و بهبود زخم ضرورت دارد ، زخم بدن نیاز به پروتئین بیشتری برای کمک به درمان دارد . نوشیدن مایعات فراوان توصیه میشود.

درمان زخم بستر : درمان زخم فشاری وابسته به مرحله

زخم میباشد که میتواند از تغییر وضعیت و شستشو با آب و صابون تا استفاده از پانسمان های نوین و حتی جراحی متغییر باشد.

