

زخم بستر یا بدسور چیست و علائم آن چگونه است؟

زخم بستر یا بدسور و با زخم فشاری ضایعه ای است که در پوست و بافت های زیر پوستی و بر اثر فشار ممتد و طولانی مدت بر پوست ایجاد می شود. زخم بستر اغلب در نقاطی از بدن ایجاد می شود که پوست روی یک برجستگی استخوانی قرار گرفته و در بین آن عضله ای وجود ندارد مانند پاشنه و بین باسن.

افراد مستعد زخم بستر چه کسانی هستند؟

- 1) افراد مبتلا به ضایعات نخاعی، فلج عضلانی، MS و دیگر مشکلات عصبی که منجر به کاهش حس درد در عضلات شده است.
- 2) افراد با بستری طولانی مدت در بخش مراقبت های ویژه.
- 3) افراد با دوران نقاهت طولانی پس از جراحی
- 4) افراد سالمند یا افراد دیگری که به هر دلیل و بدون کمک دیگران قادر به تغییر وضعیت بدن خود نیستند و یا از صندلی چرخ دار استفاده می کنند.

نقاط شایع ایجاد زخم بستر:

لگن، ستون مهره ها، قسمت تحتانی کمر، شانه ها، آرنج و باسن، پاشنه پاها، قوزک خارجی پا و پشت سر می باشد.

قسمت های تحت فشار در حالت یک طرفه:

- ✓ قسمت جانبی سر
- ✓ گوش ها
- ✓ سرشانه

- ✓ قسمت جانبی آرنج ها
- ✓ قسمت جانبی دنده ها
- ✓ قسمت جانبی لگن
- ✓ قسمت جانبی زانو ها
- ✓ قسمت جانبی پا و پاشنه.

علائم و نشانه ها در زخم بستر:

◀ مرحله یک :

- در کسانی که رنگ پوستشان روشن است پوست قرمز شده و وقتی با انگشت به آن فشار می آوریم سریع سفید نمی شود.

◀ مرحله دوم:

- یک زخم کمی فرو رفته به رنگ صورتی یا قرمز در محل تشکیل می شود.
- ممکن است در محل تاول تشکیل شود.

◀ مرحله سوم:

- چربی زیر پوست نمایان می شود.
- آسیب ممکن است به زیر پوست سالم هم نفوذ کند.

◀ مرحله چهارم:

زخم با توجه به منطقه درگیری به استخوان، عضلات، تاندون، یا مفاصل تهاجم می نماید.

پیشگیری:

- به طور مرتب کل بدن را بررسی کنید و به ناحیه استخوانی توجه خاص داشته باشید.

- تغییر پوزیشن بیمار هر دو ساعت در بستر توسط همراهان امری الزامی است.

- تشک مواج هم از لوازمی است که در برداشتن مداوم فشار از روی نواحی تحت فشار بدن در بیماران (پرخطر) بسیار مؤثر می باشد.

درمان:

بهترین نتایج درمانی زخم بستر، ناشی از بکارگیری یک کادر منظم از متخصصین خواهد بود و نیز شامل اقدامات ذیل می باشد.

1- انجام مراقبت صحیح:

- ✓ مراقبت پوستی و بهداشت مناسب
- ✓ پرهیز از خشکی پوست
- ✓ مهم ترین نکته در مراقبت این بیماران، کم کردن فشار است.
- ✓ با تغییر وضعیت حداقل هر دو ساعت یکبار، از بدتر شدن روند زخم جلوگیری کنید.
- ✓ از تشک مواج استفاده شود که می تواند فشار را از نواحی تحت فشار (روی برجستگی ها و نواحی استخوانی) کاهش دهد.
- ✓ تشکچه روی ویلچر هم می تواند سبب کاهش فشار در وضعیت نشسته بیمار شود و در هنگامی که زخم بخصوص در ناحیه نشیمنگاه است، بسیار کمک کننده است.
- ✓ مرتباً ملحفه های بیمار خشک باشد و یا از پانسمان ضد نفوذ آب استفاده کنید.



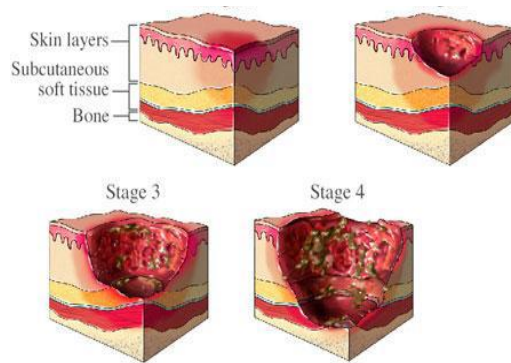
دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان
بیمارستان شهیدابندر لنگه



بیمارستان شهیدابندر لنگه

دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان، بیمارستان شهیدابندر لنگه

زخم بستر



شناسنامه پرورشور	QM.SH.PA.251.00
آموزشی عنوان	زخم بستر
تهیه کننده	واحد آموزش سلامت همگانی
سال تهیه	1402
تایید کننده	کمیته آموزش به بیمار
منابع	برونر سوئدات پرستاری 2018
بازبینی	سالانه
ناظر کیفی	فاطمه رادیه (سوپروایزر آموزشی)

وَ إِذَا مَرَضْتُ فَبُحِّثْنِي

و هنگامی که بیمار می شوم، او شفا می دهد.

✓ - مصرف مایعات کافی نیز توصیه می شود.

4- بررسی روزانه:

- ✓ از تشکچه روی ویلچر به طور مناسب نگهداری نماید.
- ✓ هنگام قرار گرفتن در موقعیت های پرخطر مانند مسافرت ها به علت نشستن طولانی مدت در خودرو یا هواپیما توجه خاص داشته و برنامه رفع فشار خود را ادامه دهد.
- ✓ از خشکی پوست اجتناب و از مرطوب کننده ها استفاده نماید.
- ✓ استحمام روزانه و مراقبت بهداشت مناسب پوست را هیچ گاه فراموش نکند.
- ✓ هنگام نشستن روی ویلچر باید هر 15 دقیقه یکبار، حداقل خود را از روی ویلچر بلند کند.
- ✓ چرخش متناوب در تخت و در هنگام دراز کشیدن را فراموش نکند.
- ✓ مهم ترین مسئله در درمان این است که بتوان در مراحل اولیه، زخم بستر را تشخیص داد و از پیشرفت آن جلوگیری کرد و لازمه آن نیز داشتن آگاهی کافی از سوی فرد بیمار در این زمینه می باشد.

2- کنترل عفونت:

- ✓ - زخم را تمیز نگه دارید.
- ✓ - در هر بار تعویض پانسمان، زخم را به آرامی با نرمال سالین شستشو دهید.
- ✓ - لازم است منطقه بافت مرده جداسازی و دبرید شود.
- ✓ - از آنتی سبتیک و پاک کننده هایی مثل بتادین جداً پرهیز شود. به خاطر اینکه نسبت به تشکیل بافت های گرانولاسیون جدید، سیتوتوکسیک هستند.
- ✓ - مراقب آلوده شدن زخم باشید (سرایت از محل زخم های دیگر، ادرار و یا مدفوع)
- ✓ - زخم های عفونی ممکن است بوی عفونت داشته باشد و تغییر رنگ دهد و یا حتی ترشح چرکی داشته باشد.
- ✓ - در صورت عدم بهبود پوست طی چند روز پس از شروع درمان و نیز بروز علائم عفونت، آنتی بیوتیک توسط پزشک تجویز می شود.

3- حمایت تغذیه ای از بیمار:

- ✓ - به محض پذیرش بیمار با یک متخصص تغذیه مشاوره شود زیرا که بایستی بهترین رژیم غذایی جهت بهبود بیمار تعیین گردد.
- ✓ - شواهدی در دست است که رژیم پر پروتئین به بهبود زخم کمک می کند به نظر می رسد این رژیم خصوصاً در بهبود زخم هایی که در 8 هفته بهبود نمی یابند، کمک کننده است.