

زخم بستر یا زخم فشاری چیست؟

زخم بستر (Bedsore) یا زخم فشاری به آسیب یا از بین رفتن تمامیت پوستی در اثر فشار طولانی مدت بر یک یا چند ناحیه از بدن گفته می‌شود. 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 باسن‌ها و بیشتر در کسانی که مجبورند برای مدت طولانی در یک وضعیت ثابت بخوابند و توانایی تغییر وضعیت خود در بستر را ندارند ایجاد می‌شود. گرچه علت اصلی فشار وارد به پوست میباید ولی عوامل دیگری در ایجاد زخم فشاری نقش اساسی دارند از جمله:

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

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 می‌کنند احتمال ایجاد زخم فشاری بسیار زیاد است.

۳- سن و تغذیه: در سنین بالاتر از ۸۵ سال، به علت نازک شدن پوست احتمال ابتلا به زخم فشاری بیشتر می‌شود همچنین در افرادی که روزانه به میزان کافی پروتئین و ویتامین مثل ویتامین E, C و مواد معدنی دریافت نمی‌کنند احتمال زخم فشاری بالاتر است.

۴- کاهش وزن: کاهش وزن شدید میتواند موجب کم شدن حجم عضلات و چربی زیر پوستی شده و حالت بالشتک نرمی را که این بافت‌ها 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 سیگاری‌ها زخم بستر سریعتر تشکیل شده و دیرتر خوب میشود.

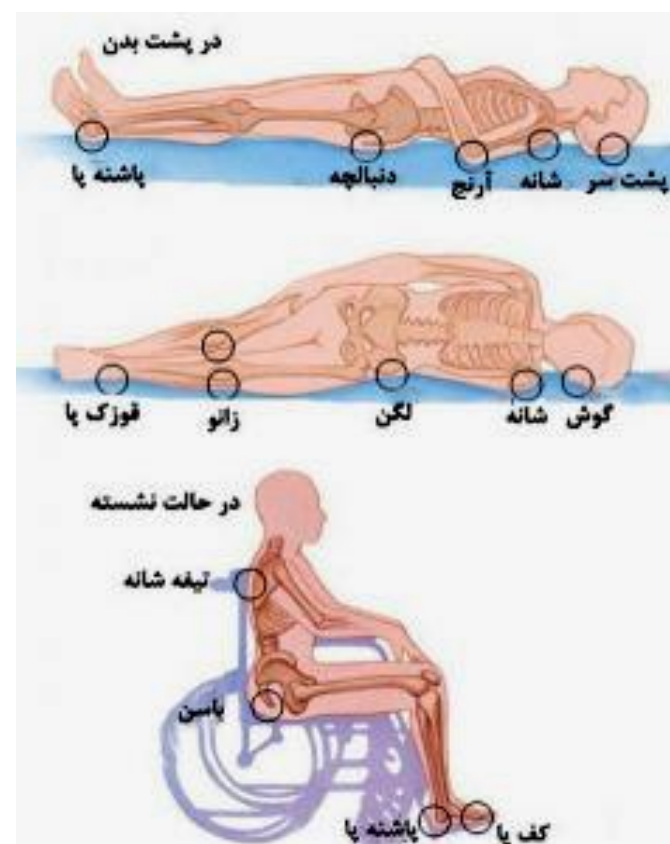
زخم بستر در چه محل‌هایی بیشتر دیده می‌شود؟

در کسانی که مدت زیادی در بستر در حالت درازکش به پشت قرار گرفته‌اند زخم بستر بیشتر در نواحی زیر دیده می‌شود:

پشت سر، پشت استخوان‌های کتف، پشت استخوان خاجی، بین دو برجستگی باسن (ساکروم)، پشت پاشنه

در کسانی که مدت زیادی به پهلو دراز کشیده‌اند زخم بستر ممکن است در نواحی زیر دیده شود:

کناره‌های 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 مرحله‌ای قرار دارد متفاوت است. برای طبقه‌بندی نیاز به مهارت و تخصص است. پوستی که در اثر فشار و اصطکاک قرمز شده با فینگر تست طبقه‌بندی 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 بالای عضله

زخم بستر درجه ۴: از بین رفتن بافت عضله و

رسیدن زخم به استخوان (احتمال عفونت استخوان بسیار بالا)

پیشگیری از ایجاد زخم بستر

پیشگیری از ایجاد زخم فشاری آسان‌تر و موثرتر از درمان می‌باشد.

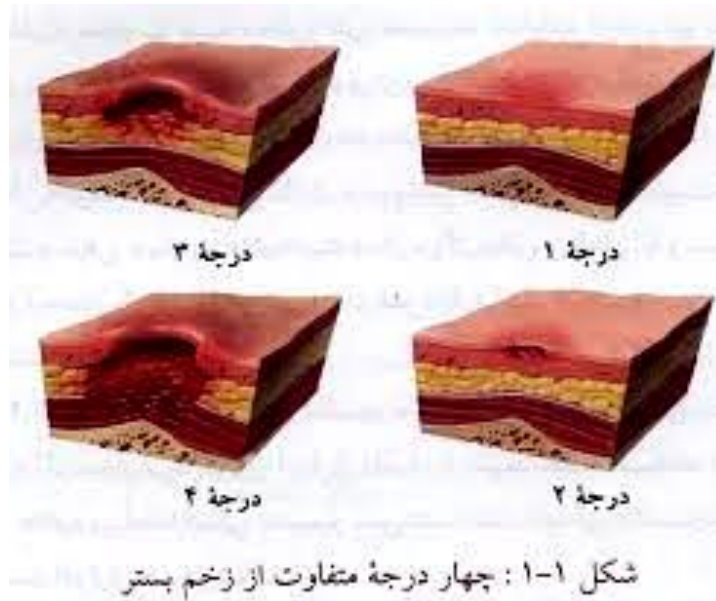
۱- کاهش فشارهای پوستی: موثرترین روش در پیشگیری تغییر وضعیت دادن به بیمار است این تغییر وضعیت باید به صورت مکرر صورت پذیرد. هر ۱ تا ۲ ساعت یک بار بیمار را در تخت جابجا کرده و نواحی حساس را به آرامی ماساژ دهید.

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.



بیمارستان فوق تخصصی مدائن



شکل ۱-۴: چهار درجه متفاوت از زخم بستر

سلامتی روز افزون شما آرزوی ماست

خود مراقبتی در زخم بستر

واحد آموزش سلامت-۱۴۰۱

MA-EP-PA-46-01

درمان زخم بستر:

درمان زخم فشاری وابسته به مرحله زخم میباشد که میتواند از تغییر وضعیت و شستشوس با آب و صابون تا استفاده از پانسمان های نوین و حتی جراحی متغیر باشد..

برای استفاده آسان از اطلاعات سایت بیمارستان کد QR زیر را

اسکن نمایید.



منبع: <https://www.iranorthoped.com/fa/news/>

&

داخلی جراحی برونر

بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی مدائن

تهران، خیابان انقلاب، نرسیده به چهارراه ولی عصر،

خیابان صبا جنوبی

تلفن: ۶۶۴۶۵۳۵۵ و ۸-۶۶۴۰۵۷۰۵

وب سایت WWW.Madaen.hospital.COM

۲- 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 تمیز 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 واریسی کنید. در لمس باید به مواردی همچون گرمی ، سفتی و ورم توجه کنید.

اگر بیمار کنترل ادرار و مدفوع ندارد باید ناحیه را با گرم و صابون بشوید و خشک کنید. پوشک بیمار را مکرر تعویض نمایید .

از تا خوردن و چروک شدن ملافه زیر بدن بیمار جلوگیری کنید.

ملافه از جنس نخ و پنبه انتخاب کنید و روزانه آن را تعویض نمایید .

در صورت خیس شدن ملافه بلافاصله آن را تعویض

فرمایید.

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.