



مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی پیامبر اعظم (ص)  
بندرعباس

## زخم بستر



شناسنامه پمفلت آموزشی کد: P.E:1401/07/30-00121

عنوان	زخم بستر
تهیه کننده	گروه آموزش
تایید کننده	کمیته آموزش به بیمار
بازنگری	۱۴۰۴/۰۱/۱۵

ناظر کیفی: سوپروایزر آموزش سلامت

تأیید کننده علمی: آقای دکتر سید محمدصادق احمدی  
رشتی

### مراقبت های لازم

- استفاده از الکل و پودر تالک برای پوست در معرض خطر منسوخ شده است.

- در صورتی که از صابون برای تمیز کردن پوست استفاده می کنید حتماً آن را به طور کامل از روی پوست پاک کنید.

- برای شستشوی زخم فشاری از نرمال سیلین استفاده کنید.

- مصرف مواد آنتی سبتیک نظیر بتادین فرآیند بهبود زخم را به تأخیر می اندازد.

دقت کنید که در صورت درمان و مراقبت صحیح زخم های فشاری مرحله ۱-۲ در عرض ۷-۱۰ روز بهبود می یابد ولی التیام زخم های فشاری مرحله ۳ و ۴ ماه ها طول می کشد.

در زخم های مرحله ۳ و ۴ نیاز به از بین بردن پوسته های مرده دارند. ابتدا از مسکن استفاده کنید و بعد از گازی را به سرم شستشو آغشته کرده و درون زخم قرار دهید. دقت کنید که اطراف زخم باید خشک باقی بماند.

“سلامت و تندرست باشید”

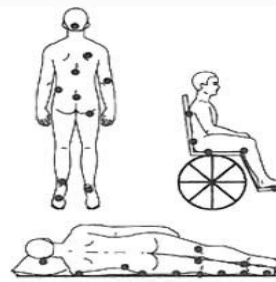
منبع:

مترجم جمشیدی، لیلا. حجت الاسلامی، سیمین. ۱۴۰۰، برونر و سودارت (۲۰۲۲) بیماری های پوست و سوختگی، انتشارات حیدری، ویرایش پانزدهم.



- پوست روی ساعد یا ران (جایی که روی صندلی تکیه می دهند).

- هر کسی که مدت زیادی در بستر می خوابد یا بر روی ویلچر می نشیند و نمی تواند وضعیت خود را به طور مرتب عوض کرده و خود را جابجا کند.



- از مراقبت روزانه و بررسی مکرر پوست نواحی ذکر شده برای دیدن علائم احتمالی تشکیل زخم بستر است. به محض دیدن علائم ذکر شده باید به پزشک اطلاع دهید.

- بی اختیاری ادرار و مدفوع یکی از عوامل شروع زخم فشاری است.

- در صورت بی اختیاری ادرار و مدفوع ملافه های بیمار با فواصل کمتری عوض کنید و بعد از هر بار ادرار یا مدفوع پوست بیمار را کاملاً تمیز کنید. چون ادرار و مدفوع خاصیت اسیدی دارند و به علت وجود باکتری در آنها پوست را مستعد زخم بستر می کند.

### بهبود تغذیه

- مصرف پروتئین و کالری کافی.

- تشویق بیمار به خوردن وعده کامل غذایی.

- بررسی وضعیت دهان و دندان بیمار.

- مشاوره با کارشناس تغذیه.

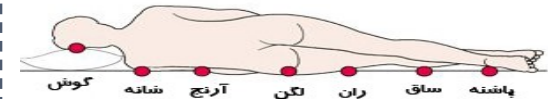
- استفاده از مواد معدنی و مولتی ویتامین ها.



## زخم فشاری چیست؟

ضایعه ای است که در پوست و بافت های زیر پوستی بر اثر فشار ممتد و طولانی مدت بر پوست ایجاد می شود.

اغلب در نقاطی از بدن ایجاد می شود که پوست روی یک برجستگی استخوانی قرار گرفته و در بین آنها عضله ای وجود ندارد مانند پاشنه و بین باسن ها.



بیشتر در کسانی ایجاد می شوند که مجبورند برای مدت طولانی در یک وضعیت ثابت بخوابند و توانایی تغییر وضعیت خود در بستر را ندارند.



## مراحل زخم بستر

تشکیل زخم بستر از چهار مرحله می گذرد. در مراحل اول شدت آن کم بوده و در مراحل بعدی شدت آن بیشتر می شود.



## این مراحل بترتیب عبارتند از

### مرحله اول

- پوست سالم.

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

- پوست ممکن است دردناک، سفت، نرمتر، سردتر یا گرم تر از معمول شود.



### مرحله دوم

- لایه خارجی پوست (اپیدرم) از بین می رود.

- یک زخم کمی فرو رفته به رنگ صورتی یا قرمز در محل ایجاد می شود.

- ممکن است در محل تاول تشکیل شود.

### مرحله سوم

- چربی زیر پوست نمایان می شود.

- زخم گود می شود.

- ته زخم بافت مرده زرد رنگی وجود دارد.

- آسیب ممکن است به زیر پوست سالم هم نفوذ کند.



## مرحله چهارم

- عضله، تاندون یا استخوان نمایان می شود.

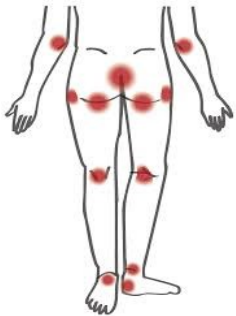
- کف زخم بافت مرده خشکیده است.

- آسیب وسعت یافته و به زیر پوست به ظاهر سالم هم گسترش یافته است.

## زخم بستر در چه محل هایی بیشتر دیده می شود؟

- پشت سر، پشت استخوان های کتف، پشت استخوان خاجی درست بین دو برجستگی باسن.

- پشت پاشنه (کسانی که مدت زیادی در حالت درازکش به شانه قرار گرفته اند).



- کناره های سر، لاله گوش، روی

برجستگی لگن، روی برجستگی زانو)

پوست روی سر استخوان نازک نی)، روی پوست قوزک خارجی.

## کسانی که مدت زیادی روی ویلچر می نشینند زخم

## بستر می تواند در محل های زیر تشکیل شود

- پشت استخوان خاجی (بین دو برجستگی).

- پشت استخوان های کتف یا ستون مهره.

