



دانشگاه علوم پزشکی شیراز  
بیمارستان شهدای سلامت نی ریز

## زخم بستر

تهیه کننده: میترا عباسی

کارشناس ارشد پرستاری

تاریخ تهیه: بهار 1401

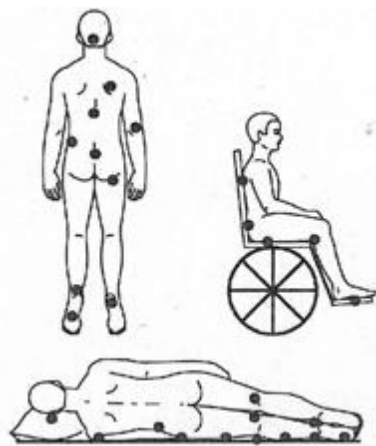
تاریخ بازنگری بعدی: بهار 1404

منبع: داخلی جراحی ویژه برونر

تایید کننده: دکتر محمدصادق قاسم پور متخصص داخلی

## زخم بستر چیست؟

زخم بستر در اثر سایش یا فشار مداوم به قسمتی از پوست بوجود می آید. معمولاً بیماری که قادر به حرکت نیست و مدت طولانی در بستر بوده و یا روی صندلی چرخدار می نشیند دچار این عارضه می شود.



فشار روی پوست باعث کاهش جریان خون و به دنبال آن کاهش اکسیژن رسانی به بافت شده و در نهایت منجر به خریب پوست و ایجاد زخم بستر می شود. اگر شرایطی که باعث ایجاد فشار می شود را سریع از بین نبریم، پوست ناحیه ای که تحت فشار است زخم شده، وسعت یافته و عمق زخم بیشتر شده و لایه های زیرین پوست یعنی عضلات، تاندونها و استخوان خواهد رسید.

زخم بستر دارای 4 مرحله است:

### محل ایجاد زخم بستر کجاست؟

زخم بستر بیشتر کدامیک از قسمتهای بدن را درگیر می کند؟ قسمتهایی که بیشتر در معرض ایجاد زخم بستر هستند شامل مناطقی است که به بسته به وضعیت نشسته یا خوابیده بیمار، پست و استخوان بر روی هم فشرده شده و بافت چربی کمی بین این دو وجود دارد مانند ناحیه دنبالچه، کتف و شانیه، باسن، پاشنه، پشت سر و آرنج.

مرحله اول: در این مرحله پوست قرمز، قهوه ای و یا کبود می شود و با برداشته شدن فشار، رنگ پوست به حالت اول بر نمی گردد. در این مرحله پوست شکاف یا خراش ندارد. این زخم طی حدود 2 ماه بهبود می یابد.

مرحله دوم: پوست تاول زده و یا شکافته می شود و شکل زخم را به خود می گیرد. بافت اطراف زخم ملتهب است.

مرحله سوم: زخم عمیق تر و گود می شود و به لایه های

زیر نفوذ می کند . زخم شکافته شده و به شکل دهانه آتشفشان در می آید . دردناک بودن زخم در این مرحله بستگی به میزان درگیری اعصاب آن ناحیه دارد . خطر از بین رفتن بافت و عفونت در این مرحله بالا است.

### چگونه از زخم بستر پیشگیری کنیم؟

به علت مشکل بودن درمان زخم بستر، پیشگیری از اهمیت زیادی برخوردار است بنابراین باید:

\* پوست را تمیز و خشک نگه داشته و وضعیت قرارگیری بدن را مرتب تغییر داد ( هر 2 ساعت)

\* در صورت نشسته بودن بیمار ، تغییر وضعیت باید با فواصل زمانی کمتری انجام شود.

\* بدن بیمار را برای تغییر وضعیت دادن نباید روی بستر کشید بلکه باید آنرا به آرامی بلند کرد و جابجا نمود.

\* از تشکهای مواج و بالشتکهای هوا می توان کمک گرفت.



فقط می توان اطراف مناطق تحت فشار را ماساژ داد.

\* دقت کنید ملحفه زیر بیمار چروک نداشته باشد زیرا باعث افزایش فشار بر پوست می شود.

\* سایر بیماریهای فرد را کنترل و درمان نمود.

\* تغذیه مناسب بیمار ، استفاده از رژیم غذایی پرکالری و پر پروتئین، مصرف مکملهای غذایی، زینک و مصرف آب فراوان طبق نظر ، C ویتامین پزشک معالج بسیار مهم است.

### چگونه از زخم بستر مراقبت کنیم؟

با ایجاد زخم، درمان را با توجه به موارد زیر شروع نمایید:

\* مراقبت موضعی از زخم به صورت حفظ رطوبت طبیعی پوست (به این معنی که سطح پوست نه زیاد خشک باشد و نه خیس بماند )، تمیز نگه داشتن پوست و استفاده از پوشش های آنتی بیوتیکی طبق دستور پزشک الزامی است.

\* در صورت ایجاد زخم از ماساژ دادن آن بپرهیزد چون باعث تخریب بافت آسیب دیده می شود . همچنین از بالشتکهای حلقه ای فرم استفاده نکنید چون فشار بالشتک به پوست ، اکسیژن رسانی به قسمتهای سالم را مختل خواهد کرد.

\* علائم عفونی شدن زخم بستر شامل افزایش ترشح از زخم، بوی بد پانسمنان، افزایش درجه حرارت بیمار و کاهش وزن می

باشد . در این حالت درمان الزامی است بنابراین حتما پزشک را آگاه کنید.

\* از مصرف مواد آسیب رساننده به زخم مانند الکل و بتادین باید پرهیز نمود.

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

\* در بیمارانی که دچار بی اختیاری هستند به علت مرطوب و آلوده بودن بیش از حد و دائم پوست احتمال تخریب بافت بیشتر است.

\* در بیماران مبتلا به اختلالات عروقی، دیابت و سالمندان به علت اختلال در اکس ی ژن رسانی احتمال بروز زخم بستر بیشتر است . افراد بسیار چاق یا لاغر نیز بیشتر در معرض ابتلا به زخم بستر هستند



وب سایت : [neyrizhp.sums.ac.ir](http://neyrizhp.sums.ac.ir)  
شماره تماس : ۰۲۶۴۲۰۱۱۰۴  
پورتال : ۰۲۶۴۲۰۱۱۶

با استفاده از نرم افزار بارکد خوان از طریق تلفن همراه می توانید فایل متنی پمفلت را دانلود نمایید.