

زخم بستر

زخم بستر به آسیب وارد شده به قسمتی از پوست و بافت گفته می شود که معمولاً در اثر نشستن یا خوابیدن طولانی مدت در یک وضعیت ثابت ایجاد می شود، زمانی که شخص به دلیل بیماری یا ناتوانی قادر به تغییر وضعیت خود نیست.

چه کسانی بیشتر به زخم بستر دچار می شوند؟

- افراد مبتلا به فلج ، کسانی که در حال کما بسر می برند ، یا دچار شکستگی شدید ران شده اند.
- افرادی که در کنترل روده یا عملکرد مثانه مشکل دارند.
- کسانی که رژیم غذایی متعادلی ندارند.
- افرادی که بواسطه مصرف داروهای خاص یا بیهوشی هوشیاری ذهنی کمتری دارند.

علائم عفونت زخم بستر:

خروج چرک از زخم ، تب

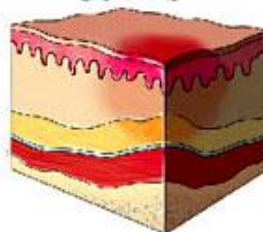
بوی نامطبوع زخم

احساس درد ، گرما، قرمزی در پوست اطراف زخم

مراحل تشکیل زخم بستر

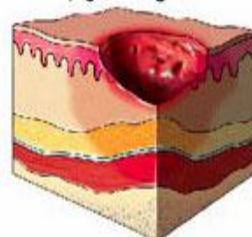
مرحله اول : پوست قرمز، دردناک و سفت شده و وقتی با انگشت به آن فشار می آوریم سریع سفید نمی شود.

مرحله اول



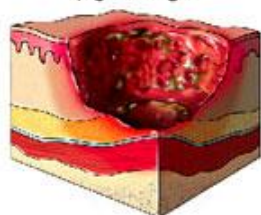
مرحله دوم: لایه رویی پوست از بین می رود و یک زخم فرو رفته صورتی ، قرمز و یا ممکن است تاول ثار تشکیل شود.

مرحله دوم



مرحله سوم: چربی زیر پوست نمایان می شود و زخم گود می شود .

مرحله سوم



مرحله چهارم: عضله ، تاندون ، استخوان نمایان می شود.

مرحله چهارم



پیشگیری از زخم بستر:

- تمیز نگه داشتن پوست

- جلوگیری از خشک شدن پوست

- تغذیه سالم

- جلوگیری از مرطوب شدن زیاد پوست

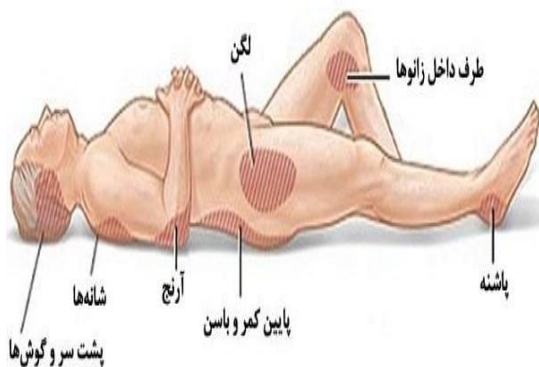
- تعویض وضع



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان گیلان
مرکز آموزشی درمانی پژوهشی الزهرا (س) رشت

زخم بستر

نواحی حساس به زخم بستر



واحد آموزش سلامت

- مصرف مکمل‌های پروتئین، ویتامین، مینرال در صورت محدودیت دریافت غذا و تنها با تجویز متخصصین

مراحل درمان زخم بستر:

کم کردن فشار

جابجایی مکرر بیمار

تمیز کردن و پانسمان مرتب زخم

زمان بهبودی:

معمولا زخم بستر به دنبال مراقبت و توجه مناسب توسط پرستل پزشکی و پرستاری کار آزموده در عرض دو هفته بهبود خواهد یافت

شناسنامه پمفلت آموزشی	
موضوع	زخم بستر
تهیه کننده	فرانک بخشی - پرستار جراحی
منبع	راهنمای زخم های فشاری یا زخم بسترنویسنده: سارا برجیان ، منصور برجیان چاپ ۲ سال ۱۳۹۲
تاریخ تهیه	۱۴۰۰
تاریخ بازنگری	۱۴۰۲
کد	AZ-PE-PG-FR-۱۹

توصیه های غذایی در زخم بستری:



- ارزیابی وضع تغذیه

– دریافت پروتئین و انرژی کافی

دریافت ویتامین و مواد مغذی

- دریافت مایعات کافی

توصیه‌های عمومی برای پیشگیری و بهبود زخم

- مصرف رژیم غذایی متعادل و متنوع که حاوی همه گروه‌های غذایی به میزان مورد نیاز باشد.

-دریافت کافی پروتئین از طریق مصرف گوشت‌های سفید به ویژه ماهی ، حبوبات.

—مصرف سبزیجات و میوه جات تازه

نوشیدن حداقل ۸ لیوان آب در روز در صورت عدم محدودیت مایعات

-مصرف روغن‌های مفید مثل روغن زیتون