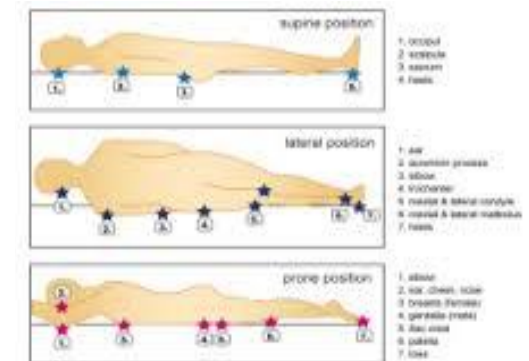


## توجه ؟؟؟؟؟

بیمار شما چگونه مستعد ایجاد زخمهای فشاری می باشد؟ این زخمها به علت اختلال در خونرسانی پوست در بیمارانی که طولانی مدت در تخت می خوابند یا به علت مشکلات مغزی ناتوانی در حرکت دارند ، یا به علت مشکلات عروقی خونرسانی مناسبی ندارند و یا از ویلچر یا صندلی کنار تخت به مدت طولانی استفاده می کنند به وجود می آید. نقاط شایع زخم لگن، ستون مهره ها، قسمت تحتانی کمر، شانه ها، آرنج، باسن، پاشنه پاها و قوزک خارجی پا می باشد.

نواحی که زخم فشار ایجاد می شود



## علائم و نشانه ها

**مرحله یک:** در افراد سفید پوست با رنگ پریده یک لکه قرمز پوستی ایجاد می گردد که با فشار انگشت محو نمی شود. در افراد با پوست تیره تر لکه پوستی ممکن است قرمز، ارغوانی یا آبی باشد. پوست ممکن است دردناک یا خارش دار شود و یا گرم، سرد یا سفت باشد.



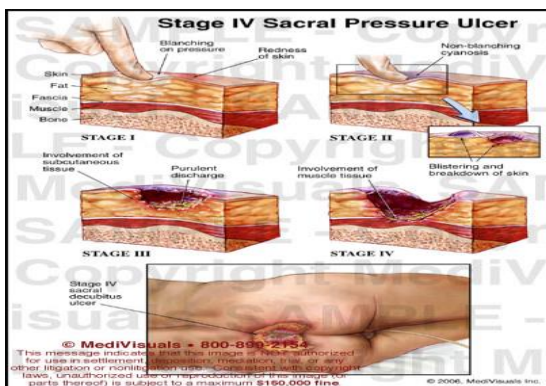
**مرحله دوم:** در این مرحله تاول، زخم یا بریدگی هایی در ضخامت پوست ایجاد می شوند. مناطق اطراف آن قرمز ارغوانی و همراه با کمی تورم می باشند.



**مرحله سوم:** در این مرحله زخم ها عمیق تر بوده و به بافت نرم تهاجم می نماید.

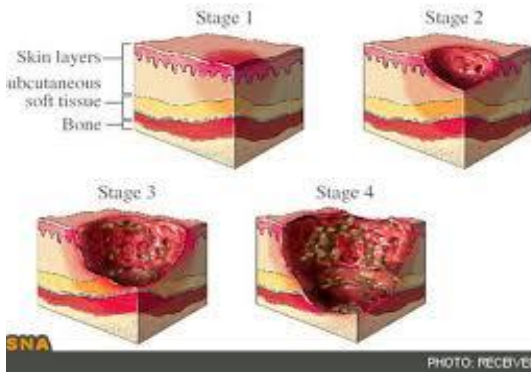


**مرحله چهارم:** در این مرحله زخم با توجه به منطقه درگیری به استخوان، عضلات، تاندون یا مفاصل تهاجم می نماید.





## زخم فشاری



تهیه و تنظیم: فاطمه جعفری ثانی

( سوپروایزر آموزش سلامت )

منبع: مراقبت‌های ویژه در ICU

ویرایش اول دیماه ۱۴۰۲



## رژیم غذایی

مصرف غذاهای پرکالری و پر پروتئین مانند پنیر، بادام زمینی، مرغ، گوشت و ماهی به شرطی که این افراد محدودیتی از لحاظ رژیم غذایی نداشته باشند.

## درمان

اولویت درمان زخم بستر برداشتن فشار از روی زخم می باشد. درمان وابسته به مرحله زخم بستر می باشد. ابتدا نواحی پوستی نزدیک به زخم توسط فیلم های محافظت کننده یا مواد محافظ ضد رطوبت پوشانده شود تا از درگیری این نواحی جلوگیری شود. پانسمانهای مخصوص نواحی آسیب دیده باعث تسریع بهبودی و جداسازی بافت مرده می گردد. لازم است منطقه وسیعی از بافت مرده از طریق جراحی و داروهای ویژه جدا شود. زخم های عمقی نیازمند پیوند پوست و دیگر جراحی های بازسازی می باشد. در صورت عدم بهبود پوست بعد از شروع درمان پزشکی آنتی بیوتیک تجویز می نماید.

کلینیک مراقبت پرستاری در منزل میتواند کمک کننده ادامه درمان بیمار شما در منزل باشد.

## علائم عفونت زخم بستر

خروج چرک از زخم بستر، بوی نامطبوع زخم، احساس درد، گرما و افزایش قرمزی در پوست اطراف زخم و تب در بیمار می باشد.

## پیشگیری از زخم های فشاری

پوست بیماران و نقاط فشاری باید مکرراً بطور منظم مورد بررسی و معاینه قرار گیرد. نقاط زخم پذیر هر بیمار و هر جایی که در معرض فشار یا خراشیدگی ( شکاف ) یا سایش قرار دارد باید کنترل شود. در صورت امکان بیماران (همراهیان) باید به بررسی و معاینه نقاط فشاری تشویق شوند. همچنین استفاده از تشکهای موج یا بالشک های هوا برای نواحی مستعد زخم فشاری توصیه می شود. کسانی که در معرض خطر بیشتر زخم فشاری هستند از جمله افراد مسن باید تا حد ممکن فعال و متحرک نگه داشته شوند.

همچنین مهم است که پوست تمیز و خشک نگهداری شود و ملحفه ها از جنس کتان و بدون چین و چروک باشد و افرادی که بی تحرک هستند حداقل هر ۲ ساعت تغییر وضعیت داده شوند.