



شماره سند : TR /QI/279
گروه هدف : بیماران و همراهیان
تاریخ بازنگری : ۱۴۰۳/۰۱/۰۵
تاریخ بازنگری بعدی : ۱۴۰۵/۰۱/۰۵
ویرایش : ۰۳

پیشگیری از زخم بستر

آموزش به بیمار و همراهی

بهبود تغذیه

تغذیه بیمار باید از پروتئین و کالری کافی برخوردار باشد.

تشویق بیمار به خوردن وعده کامل غذایی و صبوری در انجام این کار

بررسی وضعیت دهان و دندان بیمار

در صورت نیاز مشاوره با کارشناس تغذیه

استفاده از مواد معدنی و مولتی ویتامین ها

منبع : پرستاری سالمندان برونر سودارت

مددجوی گرامی خواهشمند است فایل های بارگزاری شده در سایت بیمارستان (www.javadalaemehosp.ir) با عنوان (آموزش به بیمار) جهت مراقبت اثربخشی از بیمار در منزل را مطالعه فرمایید و همچنین در صورت نیاز به هرگونه مشاوره بالینی با شماره تلفن:

05131841-3 داخلی ۲۵۱ (کلینیک پرستاری آموزش سلامت)

همه روزه به جز ایام تعطیل از ساعت ۸ الی ۱۲

تماس حاصل فرمایید.

آدرس: مشهد-بلوار وکیل آباد- بلوار هنرستان

مایعات کافی به بیمار برسانید تا پوست بیمار خشک نشود.

روزانه بررسی کاملی از پوست بیمار انجام دهید.

بخصوص نقاطی مانند زیر چین سینه و شکم و زیر گلو و نقاطی مانند کشاله های ران.

هرگز نقاط قرمز پوست را ماساژ ندهید.

هرگز از چراغ های حرارتی برای بهتر شدن قرمزی پوست یا زخم بستر استفاده نکنید.

بی اختیاری ادرار و مدفوع

بیمار بیحرکت شما به دلایلی ممکن است دچار بی اختیاری ادرار و مدفوع گردد که در صورت مشاهده این مورد بایستی با مشاوره با پزشک سعی در بر طرف کردن این مشکل نمود.

در صورت وجود این مشکل ملافه های بیمار را با فواصل کمتری عوض کنید و بعد از هر بار ادرار یا مدفوع پوست بیمار را کاملا تمیز کنید چون ادرار و مدفوع خاصیت اسیدی دارند و به علت وجود باکتری در آنها پوست را مستعد زخم و عفونت می کند. هرگز پنبه را به صورت مستقیم و بدون پوشش در زیر بیماری که بی اختیاری ادرار و مدفوع دارد نگذارید زیرا این کار خود باعث جذب رطوبت و ایجاد محیط مناسب برای زخم بستر می شود. به طور مثال میتوانید روی پنبه را با یک لایه گاز بپوشانید.

زمانی که بیمار روی دست خوابیده بالش یا ملافه کوچکی را بین دو ساق پای بیمار قرار دهید تا فشار نقاط استخوانی کاهش یابد.

برای بالا بردن بیمار روی تخت هرگز او را نکشید بلکه بایستی با کمک چند نفر دیگر او را بلند کنید و بالا ببرید زیرا کشیدن بیمار باعث کشیدگی پوست روی ملافه و ایجاد زخم بستر می شود.

مراقبت پوست

سعی کنید پوست بیمار همیشه کاملا تمیز باشد. (روزانه حمام کنید).

برای شست و شوی بیمار از آب گرم و صابون استفاده کنید.

البته آب داغ نباشد و قدرت پاک کنندگی صابون زیاد نباشد، زیرا باعث خشکی بی از حد پوست می شود.

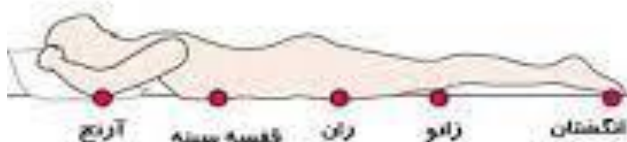
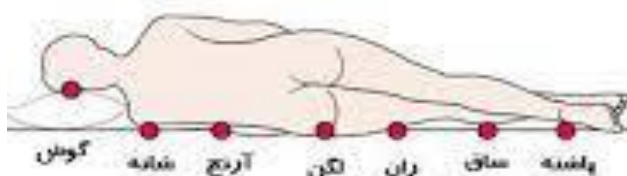
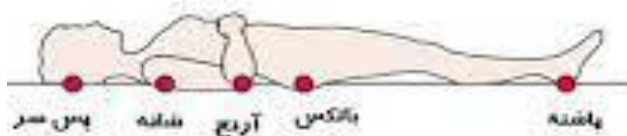
حرارت و رطوبت اتاق بیمار کنترل شود. اتاق بیمار نباید سرد شود بلکه رطوبت کافی داشته باشد. برای جلوگیری از خشکی بیش از حد

پوست بخصوص در سالمندان می توانید از مرطوب کننده ها (مانند روغن زیتون) استفاده کنید.

بایستی بدانید وقتی بیمار بی حرکت روی تخت خوابیده است یک سری از نقاط بدن او بیشتر مستعد زخم بستر هستند که این نقاط حساس باید بیشتر حمایت شوند.

از جمله پشت گردن، آرنج، پاشنه ها، هر دو پا، قوزک ها و قسمت نشیمنگاهی که می توانید زیر این قسمت ها مقداری پنبه بگذارید البته لازم به توضیح است که خود این پنبه ها نباید مرطوب شود چون محیط مرطوب، پوست را مستعد زخم بستر می کند.

نقاط در معرض خطر زخم فشاری



بیمار بیحرکتی را که به منزل می برید که به شدت مستعد زخم بستر می باشد که به دلیل فشرده شدن درازمدت بافت های نرم، بخصوص روی نواحی استخوانی ایجاد میشود.

اگر شما مسئول مراقبت از بیمار هستید بایستی عوامل مستعد کننده و راه های پیشگیری آن را بدانید.

روش های کاهش فشار بر روی پوست بدن

بیمار بی حرکت:

از تشک ارزانی که از پشم گوسفند تهیه شده یا در صورت داشتن امکان مالی از تشک مواجی که در فروشگاه های لوازم طبی بفروش می رسد استفاده کنید. علاوه بر این ملافه های تشکی که بکار می برید کاملا صاف و بدون چین و چروک باشد، و مراقب باشید شی اضافی زیر بدن بیمار باقی نماند. یکی از دلایل زخم بستر بیحرکتی طولانی میباشد، بنابراین حداکثر هر دو ساعت بیمار را در جای خودش بچرخانید. یعنی بیمار مدام به یک پهلو نخوابد. با توجه به اینکه وضعیت نشسته باعث بیشتر کشیده شدن پوست می شود بایستی سر تخت بیمار را بیشتر از ۳۰ درجه بالا نیاوریم و برای بیماری که تمایل به نشستن دارد از وضعیت نیمه نشسته استفاده کنید.