

زخم بستر چیست؟ روش جلوگیری و بهترین روش های درمان آن

زخم بستر با برداشتن فشار از ناحیه آسیب دیده، تمیز نگه داشتن زخم و استفاده از پانسمان مناسب قابل کنترل و درمان است. برای درمان زخم بستر در منزل و دریافت خدمات تخصصی، می‌توانید با کلینیک های معتبر مراقبت های پزشکی مانند کلینیک زخم کرج تماس بگیرید تا تحت نظر تیم حرفه ای قرار گیرید.

به گزارش خبرگزاری گزارش خبر، زخم بستر با برداشتن فشار از ناحیه آسیب دیده، تمیز نگه داشتن زخم و استفاده از پانسمان مناسب قابل کنترل و درمان است. برای درمان زخم بستر در منزل و دریافت خدمات تخصصی، می‌توانید با کلینیک های معتبر مراقبت های پزشکی مانند کلینیک زخم کرج تماس بگیرید تا تحت نظر تیم حرفه ای قرار گیرید.

زخم بستر چیست؟

زخم بستر یکی از مشکلات شایع پوستی است که در بیمارانی دیده می شود که به دلیل شرایط خاص سلامتی، زندگی نباتی یا محدودیت های حرکتی، مدت طولانی در یک وضعیت ثابت باقی می مانند. شناسایی این زخم ها در مراحل اولیه اهمیت زیادی دارد، زیرا درمان را آسان تر کرده و از بروز عوارض جدی جلوگیری می کند. جابجایی منظم بیماران نقش اساسی در پیشگیری از ایجاد زخم های فشاری داشته چرا که زخم بستر که به آن زخم فشاری نیز گفته می شود، آسیبی است که بر اثر فشار مداوم روی پوست و بافت زیرین ایجاد می گردد و این مشکل اغلب در قسمت استخوانی بدن مانند پاشنه پا، مچ، باسن و دنبالچه ایجاد می شود.

علائم ایجاد زخم بستر

علائم زخم بستر بسته به شدت و مرحله بیماری متفاوت است، اما معمولاً شامل موارد زیر می شود:

قرمزی و تغییر رنگ پوست در نواحی تحت فشار
حساسیت، درد یا خارش در همان محل
ایجاد تاول یا زخم سطحی همراه با ترشح
آسیب عمیق پوست و بافت زیرین
ایجاد شکل حفره یا زخم باز در قسمت های استخوانی بدن
بوی نامطبوع، ترشحات چرکی و نمایان شدن استخوان یا عضله
پوسته پوسته شدن پوست
دوون شدن پوست
مناطق حساس به لمس

یکی از نواحی که بسیار درگیر زخم بستر می شود، قسمت دنبالچه یا باسن می باشد که فشار مداوم روی آن وارد می شود. در مراحل ابتدایی، قرمزی پوست معمولاً پس از تغییر وضعیت از بین می رود؛ اما اگر همچنان باقی بماند، می تواند نشانه آغاز آسیب و تشکیل زخم بستر باشد. به مرور ممکن است پوست ورم کند، تاول بزند یا دچار ترک خوردگی شود. در مراحل شدید، زخم به لایه های عمیق نفوذ کرده و حتی به عضله یا استخوان می رسد. در سنین بالا یا بیماران وابسته به تخت به تمامی علائم ذکر شده توجه لازم را داشته باشید.

چرا زخم بستر ایجاد می شود؟

زخم بستر زمانی ایجاد می شود که فشار طولانی مدت روی پوست و بافت های زیرین، مانع جریان خون طبیعی شده و آن ناحیه دچار آسیب شود. در صورتی که شرایط زیر برای بیمار ایجاد شود، دچار زخم فشاری یا بستر خواهد شد:

فشار مداوم: در بیمارانی که مدت طولانی در تخت یا صندلی بدون حرکت استراحت می کنند. اصطکاک: کشیده شدن پوست روی ملحفه یا سطح تخت باعث آسیب دیدن این قسمت می شود. رطوبت زیاد: تعریق، بی اختیاری ادرار و مدفوع پوست را ضعیف کرده و سریع پوست زخم می شود. کاهش تحرک و ضعف عضلانی: در بیماران فلج، سن بالا یا کسانی که توان جابجایی ندارند بسیار ایجاد می شود. سوء تغذیه و کم آبی بدن: این موارد پوست را شکننده کرده و روند ترمیم را کند می نمایند.

راه های درمان زخم بستر

برای درمان زخم بستر، ابتدا باید فشار از روی ناحیه آسیب دیده برداشته شود و بیمار مرتب تغییر وضعیت و حالت پیدا کند.

تمیز نگه داشتن زخم و استفاده از پانسمان های مناسب به ترمیم پوست کمک کرده و ممکن است در شرایطی مانند عفونت، آنتی بیوتیک موضعی یا خوراکی تجویز شود.

تغذیه سالم و دریافت پروتئین، ویتامین و مایعات کافی روند بهبود را سرعت بخشیده و باعث از بین رفتن آن شود.

در زخم های عمیق یا مقاوم بهتر است به کلینیک زخم کرج مراجعه کنید تا درمان لازم انجام شود.

مراقبت های لازم در درمان زخم بستر

مراقبت از زخم بستر بسیار مهم است تا از پیشرفت آن و بروز عفونت جلوگیری شود. در درجه اول باید فشار از روی ناحیه آسیب دیده برداشته شود؛ این کار با تغییر مرتب وضعیت بیمار، استفاده از تشک های موج یا تشک های بیمارستانی امکان پذیر است. با استفاده از تشک های موج فشار از تمامی نواحی بدن برداشته شده و از ایجاد زخم بستر جلوگیری می شود. در واقع فردی که در استراحت مطلق است و نمی تواند حرکت کند، پوست بدن او تحت فشار زیادی می باشد و برای پخش این فشار باید از تشک موج استفاده کرد که امکان خرید و اجاره آن وجود دارد.

در مرحله بعدی استفاده از تشک بیمارستانی بسیار مهم است. از آنجایی که این تشک ها بسیار گران هستند و نمی توان برای استراحت چند روزه آنها را خریداری کرد، بهتر است از خدمات اجاره تشک بیمارستانی استفاده کنید. این خدمت هم بسیار اقتصادی است و هم امکان استفاده از مدل های پیشرفته تشک های بیمارستانی را برای شما فراهم می کند.

پیشگیری از بروز زخم بستر

پیشگیری از زخم بستر با رعایت چند نکته ساده امکان پذیر است. تغییر مرتب وضعیت بیمار هر دو ساعت یک بار در تخت یا هر ۱۵ دقیقه برای افرادی که روی ویلچر می نشینند، فشار مداوم را کاهش می دهد. با استفاده از تشک ها و بالش های موج نیز به توزیع فشار کمک می کنید. تمیز و خشک نگه داشتن پوست اهمیت زیادی داشته و در کنار آن باید به رژیم غذایی متعادل با پروتئین، ویتامین و مواد معدنی کافی توجه لازم را داشت.

بهترین روش درمان زخم بستر

برای درمان زخم بستر، باید به شدت آن توجه کنید. شدت زخم تعیین می کند که درمان در منزل قابل انجام است یا نیاز به مراجعه به مراکز درمانی تخصصی دارد. جایی که پزشکان و پرستاران با تجهیزات مناسب می توانند زخم را بررسی و پانسمان کنند و درمان های پیشرفته انجام دهند. برای اطمینان از درمان صحیح، کاهش عوارض و پیشگیری از پیشرفت زخم بستر، مراجعه به کلینیک های معتبر درمان زخم بستر و دریافت مراقبت های تخصصی می تواند بسیار به شما کمک کند.