

شماره پرونده:

فرم شماره 2 - آموزش به بیمار و خانواده

زخم بستر

مراقبت های پس از ترخیص

نام خانوادگی:	نام:	بخش: اتاق: تخت:	پزشک معالج:
نام پدر:	تاریخ تولد: جنس: مرد	تشخیص (علت بستری):	تاریخ پذیرش:
		زن	

بیمار محترم ضمن آرزوی سلامتی برای شما شایسته است که پس از ترخیص از بیمارستان موارد زیر را به دقت مطالعه و اقدام نمایید:

مراقبت در منزل:

❖ بیمار محترم جهت بهبودی هر چه سریعتر نکات زیر را رعایت نمایید :

❖ زخم بستر زخمی است که در نواحی تحت فشار بدن، در بی حرکتی مداوم، به علت کاهش خون رسانی موضع ایجاد میشود.

زخم بستر در نقاطی از بدن که فشار وزن بدن بیمار را تحمل میکند دیده میشود. در بیماران بستری در تخت، زخم بستر به طور شایع در لگن، ستون مهره ها، قسمت تحتانی کمر، پاشنه پا، شانه ها، آرنج و باسن ها دیده میشود. این فشار موقتی جریان خون پوست را متوقف می نماید که در نتیجه سلولهای پوستی صدمه دیده و ایجاد زخم میکنند. با برداشتن فشار، جریان خون رسانی به پوست بهبود یافته و پوست علائم و نشانه های صدمه را نشان میدهد. در آغاز ممکن است زخم بستر فقط یک لکه قرمز پوستی باشد. علائم اولیه میتواند شامل احساس گرمی در ناحیه تحت فشار و مشاهده قرمزی باشد. پیشگیری از زخم بستر بسیار آسان است.

جابجا کردن بیماری که قادر به حرکت نیست روی تشک به ۴ طرف طی شبانه روز حداقل هر ۲ ساعت یک بار انجام شود. وقتی بیمار خود را به پهلو می خوابانید بین هر دو زانو بالش نرم قرار دهید تا هر دو پا از هم فاصله داشته باشند. در هنگامی که بیمار خود را به کمر می خوابانید از بادکنک زیر پاشنه یا قرار دادن حوله ای که لوله شده زیر ساق پا استفاده کنید تا فشار روی پاشنه پا برداشته شود. در هنگامی که بیمار تان روی کمر خوابیده است زیر سر بیمار خود از بالش نرم و رینگ گرد استفاده کنید تا فشار از پشت سر بیمار برداشته شود. آرنج بیمار را حرکت دهید تا جلوگیری از فشار در ناحیه آرنج شود.

✓ ملافه تشک نباید خیس باشد. نباید لیز باشد تا مریض روی آن سر بخورد زیرا باعث اصطکاک پوست و آسیب آن می شود. نباید چروک باشد.

✓ کنترل مداوم نواحی تحت فشار از نظر حرارت و خونرسانی بافت با لمس ناحیه اگر انگشت خود را روی آن کمی فشار دادید و برداشتید باید سریع صورتی شود.

✓ روزانه کمر بیمار خود را با آب ولرم تمیز کنید و با قرار دادن کف دست خود به شانه راست بیمار با حرکات دورانی از سمت راست به سمت چپ کمر بیمار را ماساژ دهید. به رنگ پوست دقت کنید در صورتی که پوست قرمز رنگ شده حتماً برای ۲ ساعت بیمار روی قسمت مخالف بخوابانید.

✓ استفاده از تشک های هوا یا موج که فشار را روی یک نقطه متمرکز نمیکند. درمان پانسمان ویژه نواحی صدمه دیده باعث تسریع بهبود و جداسازی بافت مرده میگردد. در صورتی که بیمار شما زخم بستر دارد باید روزانه پانسمان شود. میتوانید محل زخم را با سرم نرمال سالین شستشو تمیز کنید. اصلاً از محلول بتادین استفاده نکنید مگر برای ضد عفونی اطراف زخم. بعد از تمیز کردن زخم و خشک کردن آن می توان از گاز خشک و چسب ضد حساسیت استفاده کرد.

✓ تشویق بیمار به خوردن مواد غذایی: رژیم غذایی باید شامل انرژی کافی، پروتئین، کلسیم، روی، میوه ها و سبزیجات تازه باشد.

ورزش و فعالیت :

✓ منعی جهت انجام فعالیت های روزانه خود ندارید.

در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان مراجعه کنید:

✓ خروج چرک از زخم بستر، بوی نامطبوع زخم، احساس درد، گرما و افزایش قرمزی در پوست اطراف زخم، تب

✓ در صورت داشتن علائم فوق حتماً به پزشک معالج یا متخصص عفونی مراجعه کنید.

جهت تهیه داروهای منزل با کد ملی و کد پیگیری به داروخانه طبقه همکف مراجعه نمایید

در صورت بروز مشکل و یا نیاز به مراقبت اوزانسی شماره 09945464760 به صورت 24 ساعته پاسخگو شما بیمار گرامی می باشد

بیمارستان حضرت فاطمه (س)

واحد آموزش

