

کد: CT-09-65 تاریخ ابلاغ: 1404/11/15 تاریخ بازنگری: 1405/11/15	کارت آموزش پس از ترخیص بیمار زخم بستر	 دانشگاه علوم پزشکی سمنان بیمارستان ولایت دامغان واحد آموزش سلامت
تغذیه تشویق بیمار به خوردن مواد غذایی : رژیم غذایی باید شامل انرژی کافی، پروتئین، کلسیم، روی، میوهها و سبزیجات تازه باشد		دارو پانسمان های آماده را با مشورت کارشناس زخم انجام دهید
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 مهرهها، قسمت تحتانی کمر، پاشنه پا، شانیهها، آرنج و باسنها دیده میشود. این فشار موقتی جریان خون پوست را متوقف مینماید که در نتیجه سولهای پوستی صدمه دیده و ایجاد زخم میکنند. با برداشتن فشار، جریان خون رسانی به پوست بهبود یافته و پوست علائم و نشانههای 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 4 طرف طی شبانه روز حداقل هر 2 ساعت یک بار انجام شود. وقتی بیمار خود را به پهلو میخوابانید 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 میخوابانید از بادکنک زیر پاشنه یا قرار دادن حوله‌ای 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 1) ملافه تشک نباید خیس باشد. نباید لیز باشد تا مریض روی آن سر بخورد زیرا باعث اصطکاک پوست و آسیب آن میشود. نباید چروک باشد 2) کنترل مداوم نواحی تحت فشار از نظر حرارت و خورنسانی بافت با لمس ناحیه اگر انگشت خود را روی آن کمی فشار دادید و برداشتید باید سریع صورتی شود 3) 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 2 ساعت بیمار روی قسمت مخالف بخوابانید 4) استفاده از تشکهای 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 شو. میتوانید محل زخم را با سرم نرمال سالین شستشو تمیز کنید. اصلاً از محلول بتادین استفاده نکنید		مراقبت های پزشکی و پرستاری در منزل (فعالیت ها، محدودیتهای و روشهای پیشگیرانه)
برای پیگیری جواب آزمایشات پس از تماس و اطمینان از آماده شدن جواب آزمایش به بخش بستری مراجعه نمایید0		اطلاع رسانی و اعلام نتایج تست های پاراکلینیک بیمار
1) اگر زخم بیمار دچار ترشحات می باشد با کارشناس زخم مشورت نمایید 2) در صورت داشتن علائم فوق حتماً به پزشک معالج یا متخصص عفونی مراجعه کنید. • علائم عفونت : خروج چرک از زخم بستر، بوی نامطبوع زخم، احساس درد، گرما و افزایش قرمزی در پوست اطراف زخم، تب		پیگیری های پس از ترخیص و مکان و زمان مراجعه به پزشک
 شماره تماس بیمارستان: 02335225120/لی 28 واحد آموزش سلامت: 2073 آدرس سایت بیمارستان: velayathos.semums.ac.ir جهت دسترسی به مطالب آموزشی مربوط به بیماری خود با اسکن بارکد، وارد سایت آموزش به بیمار، بیمارستان ولایت شوید		