

راهنمای زخم های فشاری

« یا زخم های بستر »

تهیه و تنظیم:

دکتر سارا برجیان

مهندس منصور برجیان

سال : ۱۳۹۰

: بر حیان، سارا ۱۳۶۱

راهنمای زخم های فشاری "یا زخم های بستر" / تهیه و تنظیم سارا برجیان ، منصور برجیان

تہران: فنون معاصر، ۱۳۹۰

ص ۷۰ :

2- 14 - 6295 - 964 ۵۰۰۰۰ ریال

فمما

زخم پستر

زخم بستر - پیشگیری

زخم بستری - درمان

برحيان، منصور ۱۳۲۵

انجمن علمی و آفرینش های هنری معلولان ایران

موسسه فرهنگی هنری آوای معلولان

شکست توان همگام

RL 9V5/LF, 2 139.:

616/545 :

٢٩٨.٩٢٤ :

لیتوگرافی، چاپ و صحافی: سوژہ پرداز، تلفن: ۷۷۶۵۷۳۶۹-۷۱

طراحی و صفحه بندی: تعاونی نگارافروز، تلفن: ۶۶۹۵۱۷۶۰-۶۶۹۵۳۸۰۱

چاپ اول تیراژ: ۲۰۰ جلد فروردین ۱۳۹۱ چاپ دوم: ۲۰۰۰ جلد اردیبهشت ۱۳۹۱

قیمت : ۵۰۰۰ ریال

شایک : ۹۶۴-۶۲۹۵-۱۴-۲

آدرس نشر : فنون معاصر

خیابان استاد نجات الہی ، خیابان اراک ، شماره ۴۶ ، طبقه اول

تلفن: ۸۸۹۱۳۶۶۳

مراكز يخبش :

۱- انجمن علمی و آفرینش های هنری معلولان ایران

تلفن: ۸۸۹۱۶۴۸۰

AA9-3FA-00015

۲- شرکت توان همگام

۳- مؤسسه فرهنگی هنری آوای معلولان
تلفن: ۸۸۸۰۷۰۲۰

با حمایت و پشتیبانی: انجمن، شرکت توان همگام و مؤسسه فرهنگی هنری آوای معلولان

۵	مقدمه اول :
۱	پیشگفتار
۲	مقدمه دوم:
۳	- تاریخچه زخم فشاری یا بستر
۵	نگرانیهای کادر درمانی
۶	پیشگیری بهتر از درمان
۷	چگونگی پیشگیری از زخم های فشاری
۱۰	بررسی پوست
۱۲	مکانیزم عملکرد تشکهای موج
۱۳	اهداف استفاده از تشک موج
۱۴	تقسیم بندی تشک موج بر اساس شکل ظاهری
۱۴	تقسیم بندی تشک موج بر اساس بیمار
۱۵	مشخصات کلی انواع تشکهای موج
۱۵	موارد ممنوعیت استفاده از تشک های موج
۱۵	راه اندازی و کاربری تشکهای موج
۱۶	نگهداری تشکهای موج
۱۷	نگهداری تشکهای موج در زمان عدم استفاده از تشک
۱۸	زخم فشاری چیست؟
۲۱	چگونگی شکل گیری زخم های فشاری
۲۲	شایع ترین دلایل زخم های فشاری
۲۵	علائم شکل گیری زخم های فشاری

- عوامل موثر بر شکل گیری زخم های فشاری ۲۷
- چه کسانی بیشتر به زخم فشاری دچار می شوند؟ ۲۸
- نقاط مستعد زخم های فشاری ۲۸
- محل های شایع زخم های فشاری ۲۹
- محل های شایع زخم های فشاری در حالت های مختلف ۳۱
- انواع زخم های فشاری و درجه بندی آنها ۳۲
- زخم درجه یک (علائم- آنچه باید انجام داد- زمان بهبود) ۳۲
- زخم درجه دو (علائم- آنچه باید انجام داد- زمان بهبود) ۳۴
- زخم درجه سه (علائم- آنچه باید انجام داد- زمان بهبود) ۳۵
- زخم درجه چهار (علائم- آنچه باید انجام داد- زمان بهبود) ۳۶
- زخم های عمیق و مشکوک بافت ها ۳۷
- زخم های غیرقابل تعیین درجه ۳۷
- علائم عفونت زخم های فشاری ۳۷
- چه عواملی به پوست صدمه می زند؟ ۳۹
- سوختگی ها ۳۹
- نیش حشرات ۳۹
- سائیدگی ها ۴۰
- اثرات مخرب سیگار در زخم های فشاری ۴۰
- اثرات سالمندی بر روی پوست ۴۲
- مراقبت از پوست ۴۲
- چگونه می توان فشار را از بین برد؟ ۴۴
- الف- وضعیت خوابیدن به شکم ۴۵
- ب- وضعیت خوابیدن به پهلو ۴۶
- ج- وضعیت خوابیدن به پشت ۴۷

۴۷	د- وضعیت پاها و پاشنه.....
۴۹	چگونه فشار پوست را در صندلی چرخدار کم کنیم؟.....
۵۰	مراقبت از پوست، هنگام استفاده از وسایل کمک حرکتی.....
۵۲	مراقبت از پوست و ایمنی در آشپزخانه.....
۵۳	مراقبت از پوست در سفر.....
۵۷	مراحل درمان زخم فشاری.....
۵۸	درمان با اکسیژن پرفشار.....
۵۹	نکاتی مهم در خصوص درمان انواع زخمهای فشاری.....
۶۱	درمان زخم ها.....
۶۱	پانسمان زخم.....
۶۵	منابع.....



مقدمه اول :

زخم های فشاری (زخم بستر) مشکل خطرناکی برای بیماران بستری و معلولین و ویلچیران می باشد زخم های فشاری علاوه بر آنکه سلامت فرد را به مخاطره می اندازد هزینه های بهداشتی هنگفتی را نیز بر فرد و جامعه تحمیل می نماید بستری شدن ، درمان ، روند جراحی و آزمایشات گوناگون سبب هزینه های گزاف می شوند برآورده شده است که در دانمارک درمان یک زخم فشاری هزینه ای برابر با ۱۵ هزار دلار در بر دارد . و آخرین تحقیقات جامع در آمریکا یکا هزینه های درمان زخم های فشاری و یا بستر را در هر بیمار بین ۲۹۰۰۰ تا ۴۰۰۰۰ دلار بر آورد نموده اند .

از طرفی پروسه ی درمان اینگونه زخم ها طولانی و گاهی هم بی نتیجه است . لذا آشنائی با علل ایجاد زخم ها و نواحی در معرض خطر و روشهای جلوگیری از درمان زخم ها و همچنین بکارگیری اقدامات بهنگام جهت درمان آن ها می تواند تأثیر مثبتی بر این روند داشته باشد . این کتاب از زشمند که به همت آقای مهندس برجیان و سرکار خانم دکتر سارا برجیان تهیه و تدوین گردیده است حاوی نکات ارزشمند و کاربردی در زمینه آشنائی با زخم بستر و روشهای پیشگیری از آن می باشد که می تواند برای معلولین عزیز مفید واقع شود ضمن توفیق روز افزون برای نویسندگان گرامی مطالعه ی این کتاب را به عموم همکاران ، دانشجویان رشته های توانبخشی و معلولین گرامی توصیه می نمایم

دکتر یحیی سخنگویی
معاونت امور توانبخشی
سازمان بهزیستی کشور



پیشگفتار:

پژوهشهای کاربردی و هدفمند یکی از ارکان پیشرفت علمی و توسعه کشورهاست. ناتوانی و معلولیت پدیده است که از دیر باز همراه بشر بوده است. متأسفانه در بیشتر جوامع افراد دارای معلولیت و سالمندان بزرگترین اقلیت را تشکیل می دهند. توجه و عنایت ویژه به مسائل این گروه خصوصاً سلامتی و پیشگیری از پدیده زخم های فشاری به دلایل ذیل حائز اهمیت می باشد. متأسفانه امروزه زخم فشاری پس از سرطان و بیماری های قلبی عروقی سومین بیماری پر هزینه محسوب می شود. مهم ترین عوامل زخم های فشاری عبارتند از :

سن بالای ۷۰ سال، جنس مذکر، نژاد سفید پوست، سیگاری بودن، توده بدنی پایین، کم تحرکی، کاهش سطح هوشیاری، بی اختیاری ادرار و مدفوع و سوء تغذیه می باشند. شمار روز افزون افراد مبتلا به زخم بستر و افزایش بار هزینه های سرشار ناشی از این پدیده و عوارض آن بر دوش خانواده ها، پرستاران و دولت، چه در کشورهای دیگر جهان و چه در ایران، حاکی از ضرورت توجهی بسیار جدی به پدیده زخم های فشاری است. در این راستا آموزش و اطلاع رسانی از جایگاه ویژه ای برخوردار است و تنظیم کتب و جزوات آموزشی کمک قابل توجهی به رشد آگاهی نسبت به پیشگیری و درمان سریع زخم های فشاری خواهد نمود. هدف از تنظیم این کتاب حاضر نیز همین بوده است. کتاب حاضر حاوی اطلاعات ضروری برای افراد ضایعه نخاعی، سالمندان و خانواده های درگیر با این مسئله می باشد که به زبانی ساده، در قالب شیوه های کاربردی نوشته شده است به طوری که هر خواننده ای می تواند از آن بهره برد.

به هر حال مطالعه این کتاب نه تنها برای افرادی که از زخم های فشاری رنج می برند، بلکه برای کلیه افراد با ضایعه نخاعی، سالمندان کم تحرک و خانواده هایشان مفید است. لذا بدینوسیله از پزشکان و پرستاران محترم و کلیه کسانی که مایل باشند اشتباهات کتاب را تذکر داده و یا پیشنهاداتی در مورد هر چه بهتر شدن محتویات آن برای چاپ های بعدی دارند، خواهشمند است مطالب و نظرات خود را به نشانی انجمن علمی و آفرینش های هنری معلولان ایران ارسال نمایند.

در پایان از زحمات بی شائبه همه عزیزان و دست اندرکاران چاپ این کتاب بخصوص جناب آقای مهندس سعید برنج چی عضو هیئت مدیره انجمن علمی و آفرینش ها هنری معلولان ایران و مدیر مسئول انتشارات فنون معاصر که همواره در امور تسهیلات چاپ و نشر این انجمن همکاری صمیمانه معمول داشته اند، هیئت مدیره انجمن، مدیریت و مدیر واحد، مدیریت و مدیر واحد تحقیقات و پژوهش شرکت توان همگام سرکار خانم دکتر سارا برجیان، سرکار خانم آمنه میرزاخانی، سرکار خانم سمیرا موسی پور و آقای فرشاد موسی پور و آقای دکتر ثروت هروآبادی استاد گرامی و مؤلف کتب بسیار در ارتباط با مسائل افراد دارای معلولیت و یار و مشوق همیشگی این انجمن و همچنین آقای علی گودرزی همکار گرامی و مؤلف اولین نشریه راهنمای زخم های فشاری و یاور همیشگی مادران انجمن نهایت سپاس و تشکر خود را اعلام می دارد.

با تقدیم احترام
مهندس منصور برجیان
مدیر عامل انجمن



مقدمه دوم:

واحد تحقیقات و پژوهش شرکت توان همگام با همکاری انجمن علمی و آفرینش های هنری معلولان ایران بر بنیانهای علمی و بدون مرزبندی های جغرافیایی اقدام به گردآوری مطالب از مقالات مختلف، مجلات پزشکی، دست نوشته ها و معدود کتابهای منتشره در این خصوص به همراه بخشی از نتایج تحقیقات و نوشتارهای علمی، کاربردی نموده است.

بطور کلی هدف از گردآوری مجموعه حاضر ارائه اطلاعات مورد نیاز گروه هدف و کمک در جهت آموزش، پیشگیری و در نهایت حفظ سلامتی این عزیزان می باشد. لذا مطالب نیز به شکلی آسان و قابل فهم همگان ارائه شده اند و از اصطلاحات تخصصی و پزشکی در کمترین حد ممکن استفاده شده است. مطالعه این کتاب را برای افراد دارای ضایعه نخاعی، کسانی که از زخم های فشاری رنج می برند، سالمندان کم تحرک و خانواده محترم آنان و پرستارانی که عهده دار ارائه خدمات به این عزیزان می باشند پیشنهاد می شوند. چون این توصیه ها می تواند در جهت بالا بردن سطح آگاهی، سلامتی و کاهش هزینه های درمانی کمک مؤثر بنماید. از طرفی فراموش نکنیم که همیشه «پیشگیری بهتر از درمان است» و بخاطر داشته باشیم که هزینه پیشگیری در این خصوص حداکثر یک چهارم هزینه های درمان خواهد بود. پس ضرورت امر پیشگیری الزامی است و می تواند از بروز خیلی از مشکلات و مسائل جانبی به لحاظ طولانی بودن مدت درمان جلوگیری نموده و در صرفه جویی هزینه های سنگین درمان نیز مؤثر واقع گردد. از کلیه عزیزانی که از این راهنما استفاده می کنند و پیشنهاداتی در مورد بهتر کردن محتویات آن در آینده دارند تشکر می نمایم.

دکتر سارا برجیان

مدیر واحد تحقیقات و پژوهش

شرکت توان همگام