



عنوان ۴۷

مراقبت از پوست بیمار



مرکز آموزشی درمانی آیت الله کاشانی

واحد آموزش بیمار

تدوین

بهار ۱۳۹۲

بازنگری

بهار ۱۴۰۰

بیماری که از بخش ویژه ترخیص می شود در بیشتر مواقع قادر به رسیدگی به وضعیت بهداشت خود نیست و در امر استحمام یا دیگر مراقبت های بهداشتی نیاز به یاری شما دارد این امر باعث می شود که آسیب پوستی بیمار به حداقل میزان خود برسد جهت انجام این امر چند نکته را باید مد نظر داشته باشید.

۱. حمام روزانه: در بیمارانی که به علت آسیب های بافت مغز دچار عدم تحرک شده اند و هیچگونه جابجایی را در بستر ندارند حمام یکی از مهمترین اصول پیشگیری کننده از عفونت ها و زخم بستر می باشد. در صورتی که امکان جابجایی بیمار و انتقال وی به حمام را ندارید و قصد دارید حمام را در بستر انجام دهید باید توجه داشته باشید که هر قسمت از بدن باید به صورت جداگانه شسته شود مثلاً ابتدا دست ها، سپس پاها، شکم و...

با همکاری یک فرد دیگر یک لگن از پشت زیر گردن بیمار قرار دهید و سر و گردن و موهای بیمار را بشوئید در صورتی که موهای صورت و بدن و یا سر به حدی زیاد است که شما نگران ایجاد عفونت هستید بهتر است حین حمام موهای بدن پاک شوند و موی سر بیمار را نیز کوتاه نمائید این کار باعث می شود که شما زخم بسترهایی که ممکن است در زیر موها ایجاد شوند را ببینید.

سعی کنید از صابون و شامپوهای ملایم (مانند شامپو بچه) استفاده نمائید این کار از خشک شدن پوست بیمار جلوگیری میکند در حین هر حمام اطمینان حاصل کنید که ناحیه تناسلی به دقت با آب و صابون شسته شود. حمام کردن باعث بهتر شدن جریان خونسازی پوست بدن شده و در کنترل عفونت و جلوگیری از زخم بستر تاثیر بسزایی دارد در حین حمام حتماً دقت کنید زیر بغل، کشاله ران و بین باسن خوب شسته و خشک شود.

۲. تشک مواج: یکی دیگر از مسائل مربوط به حفظ سلامت پوست بیمار انتخاب یک تشک مواج مطلوب می باشد در صورتی که بیمار شما قطع نخاع است یا به صورت نیمه کما بوده و تحرک وی در تخت خواب بسیار کم است باید از تشک مواج استفاده نمائید این تشک ها بر اساس وزن بیمار تنظیم می شود و به صورت اتوماتیک در قسمت های مختلف هوا را به گردش در آورده و احتمال زخم بستر را کم می کند اما ایجاد زخم بستر را به طور کامل از بین نمیرد پس شما باید به همه موارد ذکر شده به دقت توجه فرمائید.

تشک بیمار محل خوبی برای رشد میکروارگانیسم ها می باشد پس هر چند وقت یک بار آن را به طور کامل بشوئید و با الکل آن را ضد عفونی کنید. توجه کنید که اشیاء تیز و برنده باعث پاره شدن تشک نشود.

ملحفه: بهترین نوع پارچه جهت استفاده روکش تخت، ملحفه و زیرانداز از جنس پارچه های نخ یا پنبه است زیرا از عرق کردن و ایجاد حرارت جلوگیری می کند پارچه ای با جنس پلاستیکی رطوبت را در خود نگه میدارد و باعث ایجاد تعریق و بوی نامطبوع میگردد. دقت نمائید اگر بیمارتان کاملاً بیحرکت است هیچ گونه چروک، جمع شدگی و یا رطوبت در ملحفه های زیر بیمار نباشد رطوبت و چروکهای ملحفه باعث ایجاد فشار و کم شدن جریان خون پوست شده و باعث ایجاد زخم فشاری یا زخم بستر می شود.

توجه نمائید: هیچ گاه از ملحفه های نم دار استفاده ننمائید و در صورتیکه ملحفه ها خیس شدند بلافاصله تعویض گردند چون حتی استفاده کوتاه مدت از ملحفه های نم دار ایجاد زخم بستر را سرعت می بخشد توجه داشته باشید که بهبود این زخم ها بسیار مشکل است. ملحفه ها را به دقت ضد عفونی کرده و حتماً در آفتاب یا با اتو خشک کنید ملحفه ها صرفاً فقط برای فرد بیمار استفاده شود و از ملحفه های اعضاء خانواده جدا باشند.

در صورتی که بیمار دارای بی اختیاری در ادرار یا مدفوع باشد می توان از پوششهای پلاستیکی زیر پای بیمار استفاده نمائید اما به شرطی که حتماً روی آن یک ملحفه نخی پهن شود توجه داشته باشید هیچگاه پوست بیمار مستقیماً با روکش پلاستیکی در تماس نباشد.

۳. تغییر وضعیت و ماساژ: یکی از موثرترین راه حل ها برای جلوگیری از زخم بستر جابجا کردن بیمار هر ۲ ساعت یک بار است خونسازی در بعضی از نقاط بدن که تحت فشار هستند در همان ۲ ساعت اولیه کم شده و زخم از یک قرمزی کم رنگ شروع می شود. در صورت عدم دقت سرعت این قرمزی به بافت های زیرین سرایت کرده و زخم عمیق و عمیق تر می شود نقاطی که بیشتر در معرض زخم بستر هستند عبارتند از: مهره های گردن، بین دو باتکس، قوزک ها، پاشنه های پا و آرنج ها بعد از استحمام و یا در هر تغییر وضعیت سعی کنید دست خود را به روغن زیتون یا روغن بادام آغشته کنید و به آرامی پوست بیمار را به خصوص در نواحی حساسی که ذکر شد ماساژ دهید

این کار باعث جلوگیری از خشک شدن و شکسته شد پوست شده و جریان خون پوست را تسریع میسازد. در صورتی که پوست بیمار در یک ناحیه قرمز شد بلافاصله بیمار را جابجا کنید و از فشار روی آن قسمت به شدت خودداری کنید سپس محل را با سرم شستشو پاک کنید و پماد زینک اکساید به محل بمالید و آن قسمت را در معرض هوا قرار دهید این عمل را تا جایی انجام دهید که قرمزی کاملاً از بین برود در صورتی که بهبود نیافت حتماً با پرستار یا پزشک مشاوره نمائید.

۴. نوع پوشش بیمار: سعی کنید لباس بیمار را از جنس نخ و پنبه انتخاب نمائید از پوشاندن لباس های بردار و چین دار ونایلونی و پلاستیکی به بیمار خودداری نمائید بهتر است لباسی را انتخاب کنید که از جلو دکمه دار باشد تا تعویض آن به راحتی انجام شود.