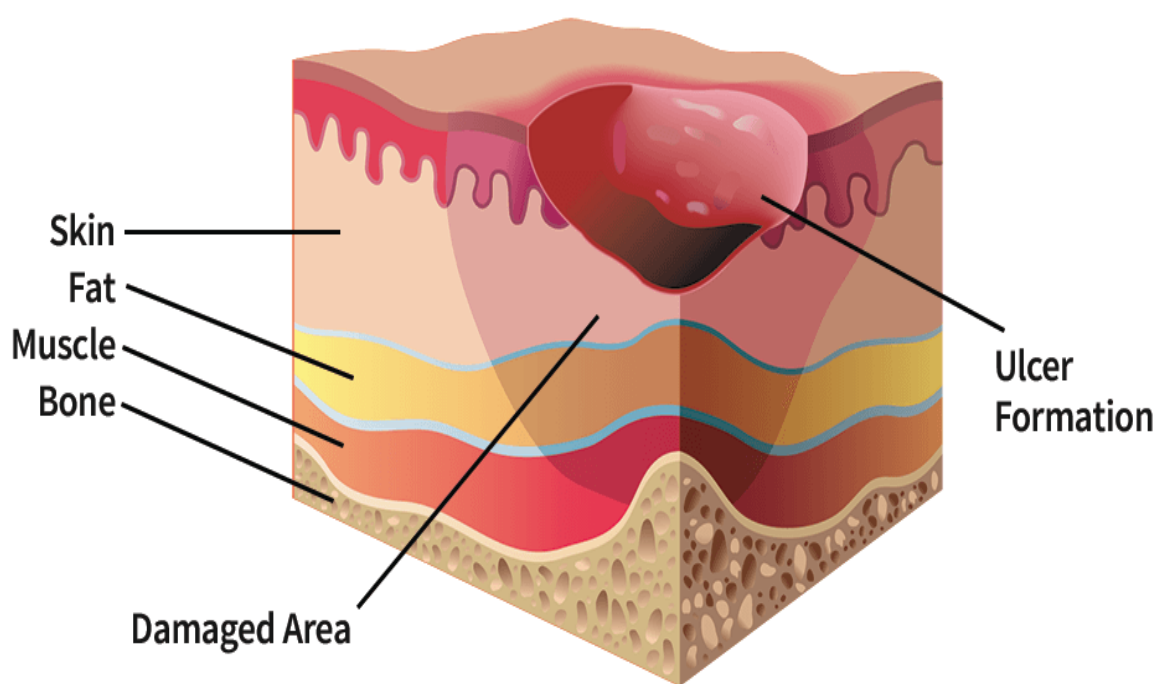


زخم بستر در کودکان

Pressure Sore – Stage #2



زخم بستر، که هم چنین زخم فشاری نیز نامیده می شود، ناحیه ای از پوست است که به علت فشار ثابت دچار جریان خون ضعیف شده و سبب آسیب به پوست و بافت، و ایجاد زخم می شود.

افراد در تمامی سنین از جمله کودکان و نوزادان نیز، در معرض ابتلا به زخم بستر قرار دارند. کودکانی که در معرض خطر زخم بستر قرار می گیرند، شامل کودکان با عارضه اسپینا بیفیدا، افراد دچار صدمات نخاعی، افراد با اختلالات نورولوژیک، یا سایر بیماری هایی هستند که توانایی حرکتی آن ها محدود شده و قادر به تحرک نیستند.

بسیاری از زخم های بستر با مراقبت از کودک قابل پیشگیری هستند. پیشگیری از به وجود آمدن زخم فشاری بسیار آسان تر از درمان آن است.

علائم و نشانه های زخم بستر چگونه است؟

نشانه های معمول نشانه های آسیب دیدگی عبارتند از:

قرمزی و التهاب

کبودی

تاول

پوست ترک خورده

درد

خارش و سوزش و احساس گرما



جراحات زخم بستر در هرجایی از بدن می تواند ظاهر شود، اما



مناطق مشترک در کودکان عبارتند از:

پشت سر و گوش (به خصوص در نوزادان و کودکان نوپا)

پاشنه و آرنج

ستون فقرات و تیغه های شانه

لگن و باسن

در اطراف تجهیزات پزشکی برای مثال لوله ها و ماسک و غیره

چه عواملی ممکن است خطر زخم بستر را در کودک ایجاد کند؟

کاهش فعالیت: نشستن و دراز کشیدن به مدت طولانی در یک مکان

نشستن در بستر و لباس های مرطوب

فشار و اصطکاک به یک منطقه از بدن

خوابیدن بر روی تشک های نامناسب و پوشیدن لباس های ضخیم

کاهش احساس در پوست

هم چنین کودکان مبتلا به ضعف تغذیه ای و کسانی که سیستم ایمنی ضعیفی دارند، و هم چنین افرادی که دارای گردش خون ضعیف باشند (مانند دیابتی ها) در معرض خطر افزایش زخم های فشاری هستند.

پیشگیری در بیمارستان چگونه است؟

برخلاف تصور عموم که بیمارستان محیط تحت مراقبت است، بیشتر زخم های بستر در این مکان اتفاق می افتد. بنابراین والدین و مراقبان کودک، باید وی را از نظر ایجاد زخم ها ارزیابی و نظارت کنند.

نظارت ها باید چگونه باشد؟

موقعیت در رختخواب

استفاده از پانسمان در مناطق استخوانی و حساس

استفاده از کرم های محافظتی

بازرسی مکرر از مناطق پوست

حفظ پاکیزگی بدن لباس ها و رخت خواب یا ویلچیر

افزایش مصرف مواد غذایی و مایعات تقویتی

کمک به کودک برای تغییر موقعیت در شبانه روز

تغییر مکان تجهیزات پزشکی متصل

استفاده از تشک هوا و محصولات کاهنده فشار

متخصصین مراقبت های زخم ممکن است کودک را به سایر اعضای تیم مانند فیزیوتراپیست، روان درمانگر، یا متخصص تغذیه ارجاع دهند.

جراحات فشاری ممکن است جدی شده و درمان چندین ماه به طول بیانجامد. توجه دقیق به پوست کودک و علائم زخم، و حفظ رژیم غذایی سالم برای سلامت کودک ضروری است. هرچه کودک فعال تر بوده و حرکتش بیشتر باشد، احتمال وقوع زخم های فشاری کمتر است.

چگونه نظارت داشته باشیم؟

پوست کودک باید به طور مرتب و در طول شبانه روز بررسی شود

به دنبال ایجاد کبودی تاول ترک و شکاف و تغییر رنگ یا خشک شدن پوست مراقبت های لازم برای کاهش آن ها اعمال شود

مناطق حساس مانند پاشنه گوش ها باسن و آرنج و غیره و مناطق مجاور آن ها بررسی و پاکیزه شوند

مناطق مرطوب مانند کشاله ران، بخصوص اگر کودک دچار بی اختیاری ادرار و مدفوع باشد، باید تحت مراقبت قرار گیرد.

تغییر موقعیت چگونه باشد؟

کودکان روی تخت خواب باید برای تغییر موقعیت هر دو ساعت، و کودکان روی ویلچیر هر ۱۵ دقیقه تشویق به حرکت شوند. بهتر است کودک خود سعی به تغییر موقعیت کند، اما در صورت عدم توانایی مراقبان و والدین می توانند به او کمک کنند.

مراقبت از پوست چگونه انجام شود؟

استحمام و دوش گرفتن باید با آب گرم و ولرم انجام شود

در صورت استفاده از صابون و مایع پاک کننده بهتر است از محصولاتی که pH خنثی داشته و عاری از الکل و مواد معطر استفاده شود

استفاده از کرم مرطوب کننده مناسب در نواحی مختلف بدن

چه مواد غذایی استفاده شود؟

تغذیه خوب برای مراقبت از پوست بهبود زخم ها و گردش خون مناسب ضروری است ؛ رژیم غذایی مناسب به تعادل وزن کودک نیز کمک می کند. نوشیدنی های طبیعی و ویتامینه، برای کودک مفید، و نوشیدنی های قندی و کافئین دار نامناسب خواهند بود.

از چه مواردی باید در زخم بستر اجتناب شود؟

از کشش پوست و بدن بر روی سطوح (مانند رخت خواب) اجتناب شود

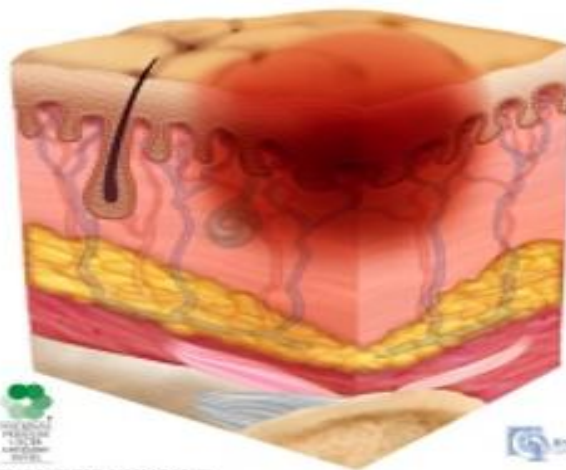
اجتناب از ماساژ دادن و مالیدن مناطق پوست ترک خورده، چراکه ممکن است سبب آسیب بیشتر شود

از لباس های ضخیم و پلاستیکی استفاده نشود، چرا که می تواند سبب نرسیدن هوا و ایجاد زخم در پوست شود

از کوسن های حلقوی و دوناتی شکل استفاده نشود، زیرا ممکن است سبب تشدید فشار شود



Stage 1 Pressure Injury - Lightly Pigmented



چه زمانی به متخصص زخم مراجعه شود؟

هر زمان که والدین متوجه آسیب های فشاری در خانه شوند، باید علت را شناسایی کرده و در صدد حذف آن برآیند. اما اگر زخم ها و آسیب های وارده در عرض ۲۴ ساعت بهبود نیافته و یا بدتر شوند، مراجعه به پزشک الزامیست.

درمان زخم های بستر توسط چه کسی انجام شود؟ پیشگیری از بروز زخم بستر کلید درمان آن است. اما اگر این زخم ها رخ دهد، باید با تغییر منظم پانسمان و بررسی توسط متخصصین درمان شود.

نکات قابل توجه دیگر چیست؟

اگر کودک دچار فقدان حس در مناطقی از پوست شود، به احتمال زیاد دچار مشکلات پوستی و مستعد ایجاد زخم است. این مناطق به دلیل گردش خون ضعیف ممکن است قادر به حس کردن گرما و سرما، و سوزش و تحریک نباشند.

بنابراین لازم است که

از پدهای گرم پتوهای الکتریکی یا سایر انواع گرما اجتناب شود.

مایعات داغ و سوزاننده در اطراف کودک نباشد

دمای محیط مطلوب نگاه داشته شده و گرم نباشد

