

## خودمراقبتی در زخم ناشی از بی اختیاری مدفوع و

### ادرار یا تعریق و رطوبت

**تعریف:** التهاب پوستی تحریک کننده ای که از مواجهه مزمن با ادرار یا مدفوع مایع یا عرق و رطوبت ایجاد می شود.

مشکلات و ضایعات پوستی ناشی از بی اختیاری در افراد با سن خیلی بالا و خیلی پایین ممکن است اتفاق بیفتد.

عوامل مستعدکننده شامل: کم آبی بدن - پوست خشک - پوست خیس و رادیوتراپی هستند.

عوامل خطر اضافی برای ایجاد این نوع زخم شامل بیماریهای همراه ، سن ، وضعیت تغذیه ، دمای

مرکزی بدن ، روشهای پاکسازی ، اکسیژن ناکافی ، وضعیت بد پوست در ابتدا، درد و کاهش تحرک

است. به طور کلی قرار گرفتن در معرض هر نوع رطوبت می تواند منجر به ایجاد این نوع زخم گردد

اگر پوست مرطوب باشد اسیدیته پوست ( مهم

ترین سد دفاعی پوست ) از بین می رود و قدرت

دفاعی پوست کاهش می یابد در نتیجه عفونت های

قارچی بیشتر رشد می کند. باید توجه داشت هرچه

مدت تماس بیشتر باشد تخریب بافتی ناشی از

تماس عوامل محرک ( ادرار - مدفوع - تعریق و

رطوبت ) بیشتر می شود .

علائم: قرمزی پوست - التهاب- درد و سوزش - به

مرور باعث تاول نیز می گردد.



پیشگیری از التهاب پوست ناشی از بی اختیاری

ادرار و مدفوع و همچنین عرق سوز شدن فقط با

مراقبت بیشتر امکان پذیر است برای این منظور

باید رطوبت از بین برود . هوا جریان داشته باشد

پس از هر بار بی اختیاری ، محل های تماس یافته با

ادرار و مدفوع با آب و پنبه شستشو داده شود و

نیازی به کشیدن گاز یا هر وسیله زبر نمی باشد و

برای محافظت پوست از التهاب و کمک به ترمیم

آن از پماد زینک اکساید استفاده میشود.

**دقت کنید برای نظافت کشاله ران استفاده از**

**دستمال مرطوب ، صابون و شامپو ممنوع است**

**و فقط از آب ولرم استفاده می شود.**

زخم های ناشی از التهاب مربوط به بی اختیاری در

مقایسه با زخم فشاری تفاوتی دارند: مثلا زخم

فشاری بیشتر در محل هایی ایجاد می شود که نقاط

فشاری و استخوانی و بدون حضور رطوبت باشد ولی

زخم مربوط به بی اختیاری در هر جایی که پوست

با ادرار یا مدفوع تماس داشته باشد رخ می نماید -

زخم ناشی از بی اختیاری به صورت لبه های منتشر

می باشد و مرز مشخصی ندارد ولی در زخم فشاری

ضایعات لبه مشخصی دارد. - عمق آسیب ناشی از

بی اختیاری در سطح پوست می باشد اما در زخم فشاری عمق ضایعات و درگیری لایه های زیرین پوست بیشتر دیده می شود .

در افراد چاق به دلیل افزایش تعریق و چالش های بهداشت شخصی ناشی از عدم توانایی و مهارت لازم برای خشک و تمیز نگه داشتن پوست در معرض خطر بالایی قرار دارند . افراد چاق همچنین دارای چینهای عمیق با تماس مداوم پوست با پوست هستند. بیمار ممکن است درد ، خارش ، سوزش و بو را گزارش کند.



در زخم فشاری ناشی از بی اختیاری چه باید کرد؟  
: سه مرحله شستشو ، حفاظت ، برگرداندن به

حالت قبلی

کرم محافظ barrier : این پماد ها آنتی اکسیدان قوی دارند و حاوی ویتامین های ترمیم کننده پوست هستند و پوشش مناسبی برای پیشگیری از آسیب مجدد ایجاد می کند . با پوشش ایجاد شده قارچ ها و باکتری ها فرصت رشد پیدا نمی کنند . آب محل از پوست آسیب دیده کمتر تبخیر می شود . هنگام شستشو و خشک کردن نباید اصطکاک ایجاد شود آرام با پنبه یا پارچه نرم می شویم و خشک میکنیم سپس هوا می دهیم و barrier یا کرم محافظ میزیم در صورت ایجاد سوختگی پماد زینک اکساید استفاده می شود.

در افرادی که بیماری مزمن دارند برای کاهش مواجهه با ادرار ممکن است سوند ادراری تعبیه شود . حتی ممکن است از کیسه های مخصوص دفع مدفوع هم استفاده شود .

پیشگیری : تمیز و خشک داشتن چینهای پوست \_ پوشاندن لباس گشاد و مناسب \_ عدم استفاده از

هر نوع دستمال در لای چین ها ( به دام انداختن رطوبت ) - عدم استفاده از پودر و دستمال مرطوب \_ استفاده

**خودمراقبتی در زخم ناشی از بی اختیاری مدفوع و**

**ادرار یا تعریق و رطوبت**



بیمارستان فاطمیه شبستر

گرد آورنده : رقیه رنجبری، کارشناس

پرستاری ( سوپر وایزر سلامت همگانی و

کارشناس بهبود کیفیت )

**منابع :** - بسته آموزشی مدیریت زخم آذر

ماه ۱۴۰۲

**تاریخ تهیه :** اسفند ماه ۱۴۰۲

**تاریخ به روز رسانی :** خرداد ۱۴۰۳