

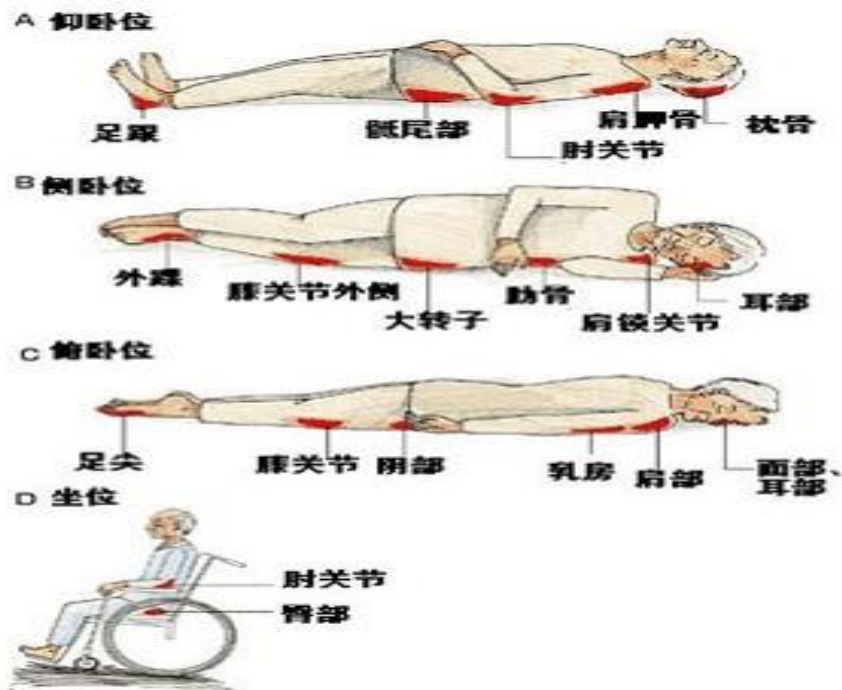
卧床患者如何有效预防压疮

一、压疮的定义：

压疮是由于局部组织长期受压，发生持续缺血缺氧，营养不良而致组织坏死的压力性溃疡。这种溃疡多出现于身体受压的部位，一旦形成，轻则给患者带来痛苦，影响疾病的治疗，重则可感染、并发败血症而危及生命。



患者体位不同，受力部位不同，发生压疮的部位也不同。见下图，不同体位的压疮好发部位。



二、如何有效的预防压疮的发生呢？

做到“四勤”很重要

(一)“勤翻身”

一般来说，白天每两小时帮病人翻身一次，夜间不超过三小时翻身一次，翻身动作要轻，避免拖、拉、推的动作，有条件的家庭，可帮病人铺上专门的气垫床，这可减轻病人局部的受压情况，预防压疮。



图一：勤翻身

图二：防压疮气垫床

根据患者体位不同，受力部位不同，选用不同的减压器具。

如下图：



图三翻身垫

图四手脚圈

（二）“勤整理”

床铺要经常保持清洁干燥，平整无碎屑，污染的衣服被褥及时更换，以保护皮肤免受刺激。

（三）“勤擦洗”

每天应早晚擦身两次，保持皮肤清洁。有大小便失禁的患者及时清理，温水清洗皮肤后涂油保护。

（四）“勤观察”

每次翻身时应观察观察皮肤情况，若出现局部发红、水泡时应加强翻身次数，避免局部受压。如无好转，及时就医。

三、营养支持很重要

卧床的患者宜进食高营养、高热量、富含维生素、易于消化的饮食。饮食搭配应做到营养均衡。不能进食的可以使用鼻饲，以保证足够的营养供给，增加身体抵抗力。



西苑医院护理部急诊科护理组