

## جمعية الوفاء الخيرية برنامج التأهيل الطبي المجتمعي



HANDICAP  
INTERNATIONAL

طبعت بتمويل من مؤسسة

## معالجة قروح الفراش (الضغط)

ابحث عن العلامات الأولى للقروح بتفحص كل أجزاء الجسم يوميا وعلم المصاب على أن يفعل ذلك مستخدما مرآة .



إذا ظهرت علامات مبكرة للتقرح ( احمرار أو لون داكن أو تورم أو جلد منفوخ ) فعليك تغيير وضعيات جسم المصاب واستخدام البطائن لحماية المنطقة من الضغط . أما في المناطق الأكبر ( العظام القريبة من قاعدة العمود الفقري ) يمكن استخدام ( إطار دراجة صغيرة ) لأبعاد الثقل من منطقة الإصابة مع وضع منشفة لامتناس العرق ( لأن الجلد المتعرق يمكن أن يسبب قروح عند ملامسة المطاط ) .

- 1 يجب إبعاد الضغط عن منطقة القرحة كليا وباستمرار.
- 2 يجب تنظيف المنطقة المصابة بلطف وبمياه نظيفة أو مغلية ( مبردة ) مرتين يوميا .
- 3 عدم استعمال الكحول أو أي مطهر قوى.
- 4 الاهتمام بغذاء المصاب ( إن نز القرحة كميات كبيرة من السوائل والتي تشتمل على كمية كبيرة من البروتين والحديد لأبد من تعويضها طلبا للشفاء العاجل عن طريق أطعمة غنية بالبروتينات.
- 5 لا تحك ولا تدلك المناطق التي تتشكل فيها قروح لأن ذلك قد يمزق اللحم الذي أصبح ضعيفا ويجعل التقرح أكبر.

## قروح الفراش

جمعية الوفاء الخيرية  
برنامج التأهيل الطبي المجتمعي



إذا كان جسم المصاب ضعيف جدا يضع قدميه على الأرض ثم أن ينحني إلى الأمام ويضع صدره إلى ركبتيه ويمكن مساعده في ذلك فهذا يرفع الضغط من مؤخرته .



يمكن كذلك قلب كرسيه على سرير بمساعده شخص آخر إلى الخلف وذلك لوضع دفاق كي تريح مؤخرته .

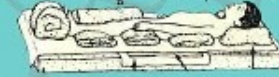


## بطائن ووسائد الاستلقاء

لتجنب قروح الفراش يجب على المصاب الذي فقد إحساسه أن يستلقي ويجلس على سطح طري يخفف الضغط على المناطق العظمية ومن الأفضل الاستلقاء على مستو عليه فراش من الإسفنج السميك .



غالبا ما يكون الفراش مصنوعا من الإسفنج المطاط الرغوي ملائما ولكنه طري ومن الممكن أن ينكس تماما تحت ثقل الجسم فلا يحمي المنطقة العظمية من الإنضغاط على لوح السرير القاسي .



يمكن استخدام الإسفنج القاسي ذو الفقائيع الهوائية فهو يعمل جيدا وكذلك يمكن وضع وسائد عند الاستلقاء تحت المناطق العظمية فتجنبك القروح والتقلصات كذلك الاستلقاء من فترة لأخرى على البطن وعلى الجنب .



## وسائد الكرسى والكرسى المتحرك

بالنسبة للمصاب الذي فقد إحساسه في مؤخرته يكون لنوع الوسادة التي يستعملها في كرسيه أهمية كبيرة وخاصة إذا كان شلله يجعل من الصعب عليه رفع جسمه أو تغيير وضعيته وعلى جميع المصابين في حبالهم الشوكية أن يستعملوا وسادة جيدة للجلوس حيث أن الجلوس مباشرة على الكرسى أو القماش قد يسبب قروح . يفضل أن يوصي أخصائي العلاج الطبيعي أو الوظيفي بنوعية الوسادة حسب إحتياج المصاب نفسه وحسب مشكلته .

منخفض خلفي يمنع الوركين من الانزلاق إلى الأمام .  
«رف» مرتفع يزيد من الضغط تحت الفخذين ويخففه عن العجز . ويساعد كذلك في منع الوركين من الانزلاق إلى الأمام .



