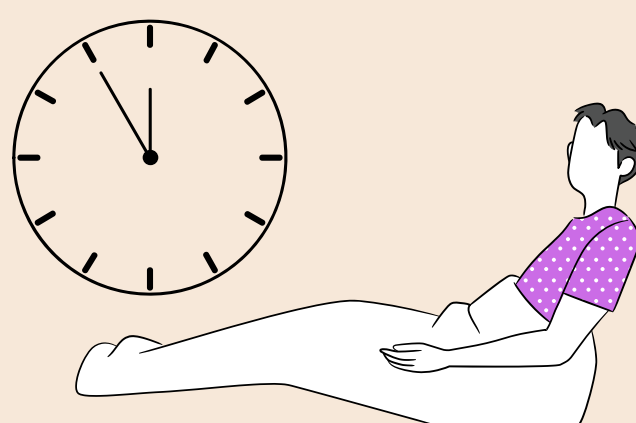




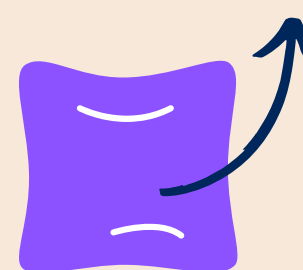
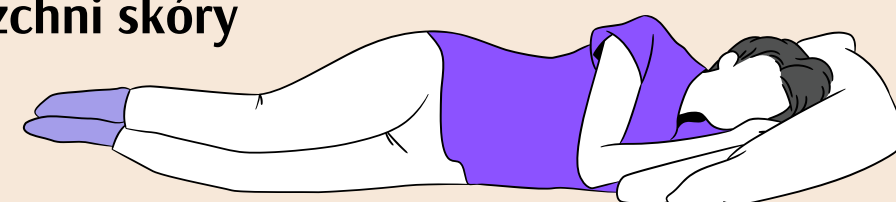
INFORMACJA DLA PACJENTA I OPIEKUNÓW -ZAPOBIEGANIE ODLEŻYNOM-

JEŚLI OPIEKUJESZ SIĘ OSOBĄ CIĘŻKO CHORĄ, KTÓRA NIE WSTAJE Z ŁÓŻKA, PAMIĘTAJ:

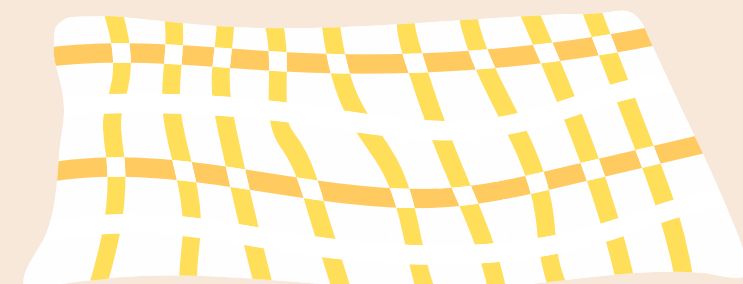
- Zmieniaj ułożenie pacjenta co 3 godziny i oceń skórę.



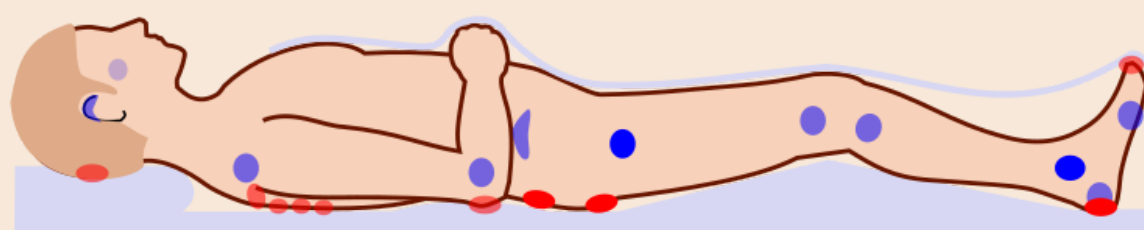
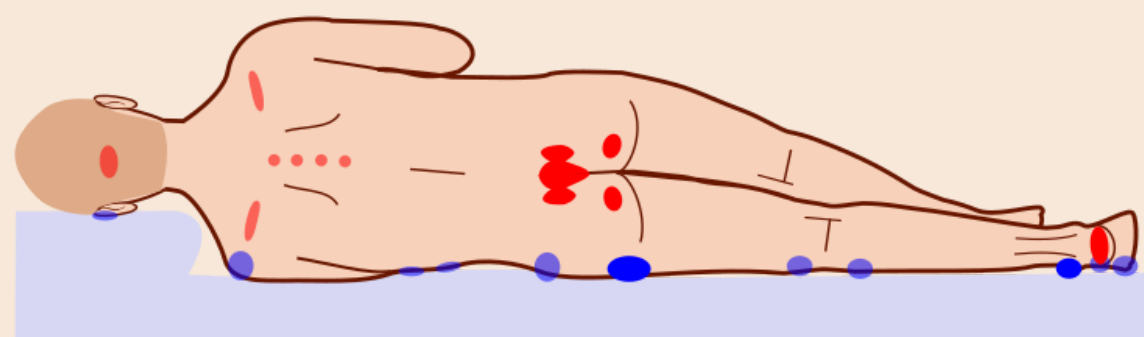
- Przy ułożeniu na boku pamiętaj o oddzieleniu nóg od siebie - między nogi wkładamy płaską poduszkę, klin, w celu unikania bezpośredniego kontaktu dwóch powierzchni skóry oraz wyniosłości kostnych (kolana, kostki) w ten sposób minimalizujemy ucisk.



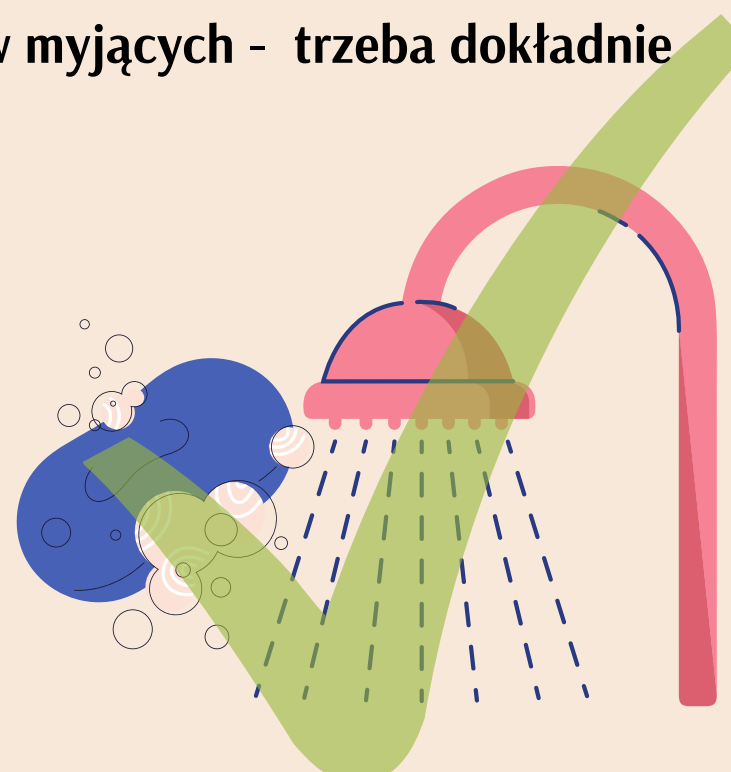
- Przemieszczaj pacjenta przy użyciu mocnych podkładów, prześcieradeł i łatwoślizgów (zapobiegiesz w ten sposób tarcia skóry, które to sprzyja powstawaniu odleżyn).



- Dokładnie obserwuj skórę pacjenta podczas codziennej toalety, przy ścieleniu łóżka oraz przy zmianie pozycji (zwłaszcza pośladki, okolice kości ogonowej, plecy, pięty, małżowiny uszne, w tych miejscach najczęściej powstają odleżyny) - zwróć uwagę na zaczerwienienia, zasinienia.



- W czasie kąpieli należy unikać zbyt gorącej wody i drażniących środków myjących - trzeba dokładnie spłukiwać mydło.



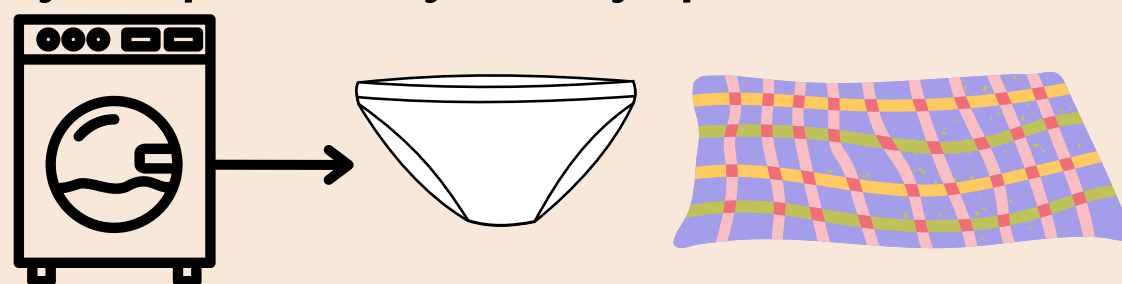
- Dokładnie osuszaj skórę chorego po każdorazowej toalecie.



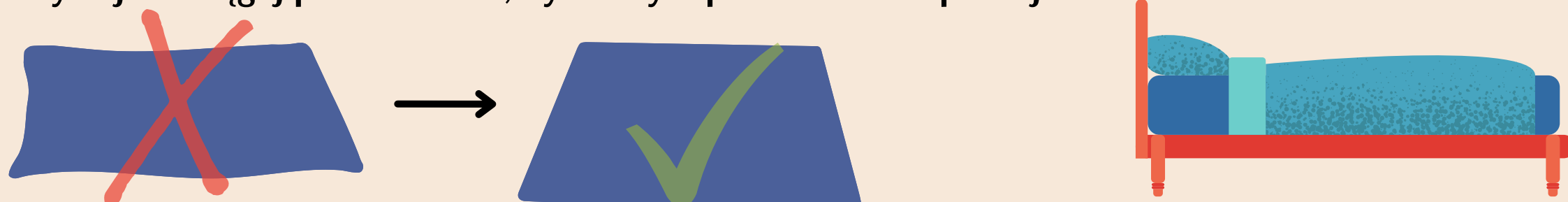
- Na skórę stosuj delikatne środki pielęgnacyjne.



- Dbaj o czystość bielizny osobistej oraz pościelowej, usuwaj z prześcieradła wszelkie okruchy.



- Dokładnie wyrównywaj i naciągaj prześcieradło, by nie było pofałdowane i pozwijane.



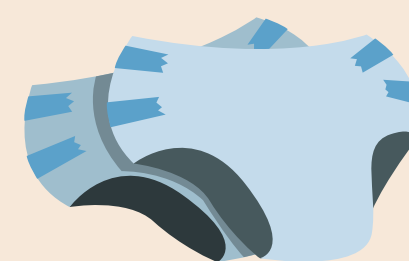
- Stosuj odpowiednią bieliznę osobistą i pościelową wykonaną z naturalnych włókien, nie krochmaloną, bez zgrubień, szwów i guzików.



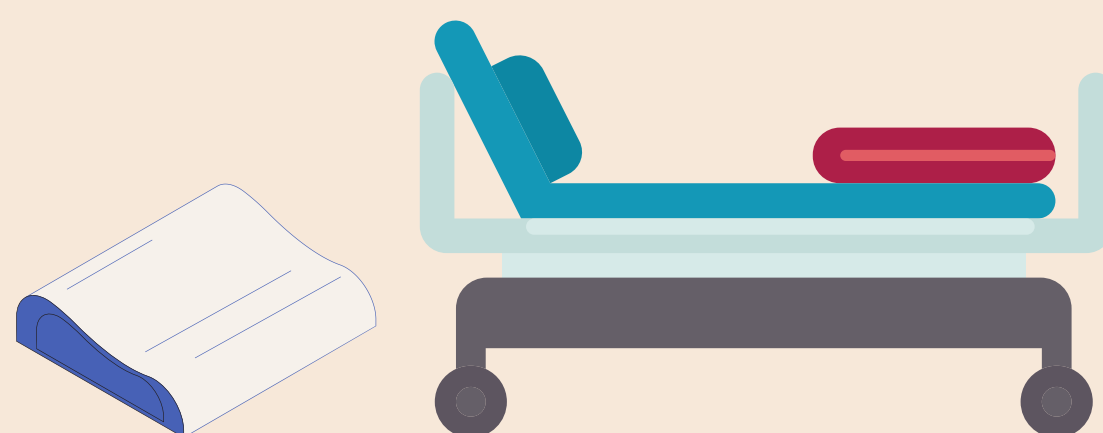
- Dbaj by skóra chorego nie była narażona na wilgotność spowodowaną np. nietrzymaniem moczu, drenażem rany, poceniem; zmieniaj bieliznę po każdym zmożeniu czy zabrudzeniu.



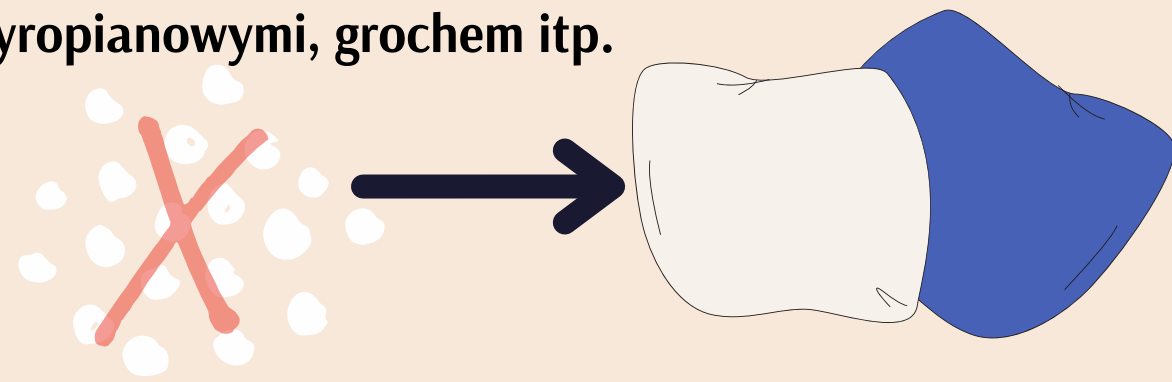
- U chorych z nietrzymaniem moczu i kału, stosuj jednorazowe pieluchomajtki. Unikaj gumowych i foliowych podkładów, gdyż utrudniają dostęp powietrza do skóry.



- Stosuj środki zapobiegawcze tj. materace i poduszki p/odleżynowe, korzystne jest stosowanie podpórek pod piętę jako ochraniacze na miejsca najbardziej narażone na ucisk.



- Unikaj udogodnień wykonanych z gumy a także wypełnionych kulkami styropianowymi, grochem itp.



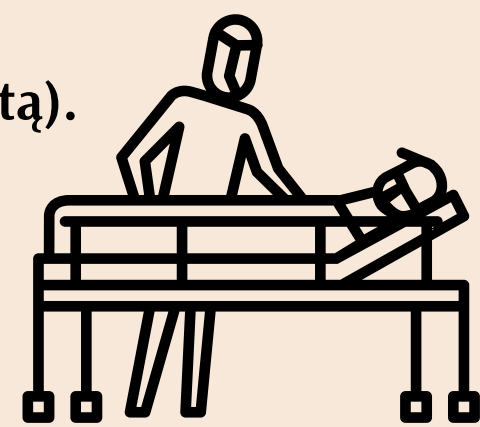
- Ustaw łóżko chorego tak, aby był możliwy swobodny dostęp z każdej strony.



- Miejsca narażone na odleżyny możliwie delikatnie smaruj np. PC30V, oliwką. Nie masuj wyniosłości kostnych.



- W miarę możliwości uruchamiaj pacjenta i zachęcaj do aktywności ruchowej (kontakt z fizjoterapeutą).



- Po konsultacji z lekarzem, dietetykiem stosuj dietę o wysokiej zawartości białka, witamin oraz soli mineralnych.



Jeżeli mimo odpowiedniego postępowania zapobiegawczego pojawiają się objawy typu zaczerwienienie, otarcie naskórka itp. należy dodatkowo jak najszybciej zastosować odpowiednie środki farmakologiczne i opatrunki (w aptekach dostępny jest szeroki asortyment różnego rodzaju środków) - wskazany kontakt z lekarzem pierwszego kontaktu.

Przydatne informacje można znaleźć na stronie:

www.damy-rade.info

