

Zespół zapewnienia witalności
Informacje dla pacjentów

Przewodnik pacjentów/opiekunów, dotyczący zapobiegania

Odleżynom

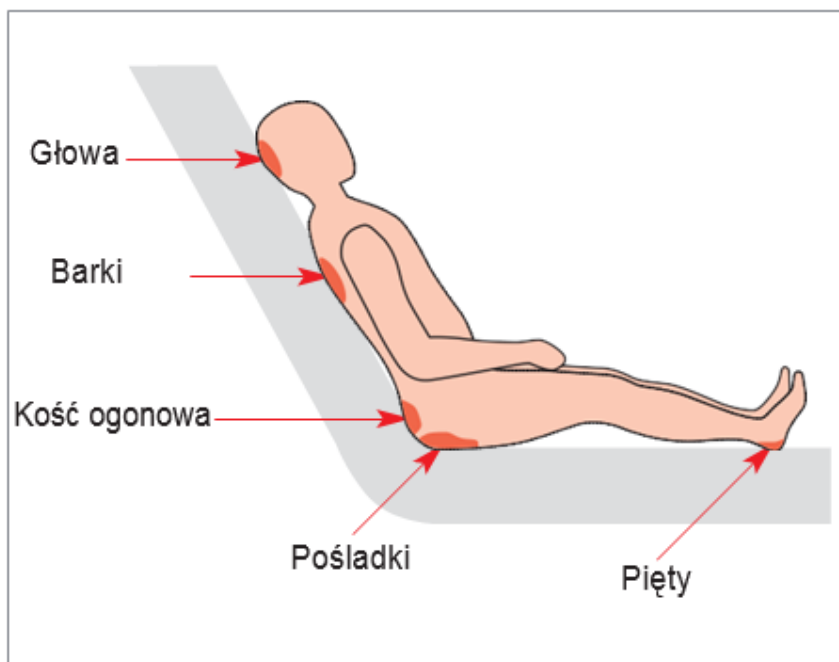
Czym są odleżyny?

Odleżyny polegają na uszkodzeniu skóry oraz tkanek znajdujących się bezpośrednio pod nią w określonym obszarze ciała, spowodowanym pozostawaniem w pozycji leżącej lub siedzącej przez zbyt długi czas bez ruchu, bądź też ocieraniem skóry o powierzchnię łóżka, które może spowodować uszkodzenie wierzchnich warstw skóry.

Jakie są objawy

Odleżyny występują najczęściej w miejscach położonych w pobliżu kości. Najbardziej narażone obszary to pięty, pośladki i dolna część kręgosłupa, łokcie, barki oraz tył głowy.

- Zaczerwienienie lub ciemne odbarwienie skóry, które nie ustępuje po upływie 1-2 godzin
- Odczucie gorąca lub zimna
- Dyskomfort lub ból
- Pojawienie się pęcherzy
- Jakikolwiek odrętwienie, odczucie bólu, nabrzmienie lub stwardnienie skóry



Kto jest zagrożony?

Wszystkie osoby, które:

- Odczuwają trudności z poruszaniem się i zmianą pozycji
- Nie odżywiają się i nie spożywają posiłków prawidłowo
- Odczuwają ból podczas poruszania się i unikają go
- Chorują na cukrzycę lub nieprawidłowe krążenie krwi
- Cierpią na nietrzymanie moczu lub kału, które powoduje, że skóra jest często wilgotna
- Są szczególnie słabe lub w podeszłym wieku
- Utraciły czucie w niektórych częściach ciała
- Są poważnie chore lub po zabiegu chirurgicznym

Czego mogę oczekiwać od personelu medycznego?

Ocena: w czasie sześciu godzin od przyjęcia do szpitala przeprowadzana jest ocena wrażliwości pacjenta w odniesieniu do ryzyka odleżyn. Następnie przeprowadzane będą systematyczne oceny stanu skóry pacjenta.

Powierzchnia kontaktu: w zależności od stwierdzonego poziomu zagrożenia, pacjentowi przekazywany jest odpowiedni materac i poduszka.

Ruch: personel medyczny będzie pomagał pacjentowi w zakresie zmiany pozycji, w razie konieczności przy użyciu odpowiedniego sprzętu.

Nietrzymanie moczu: problemy pacjenta zostaną uwzględnione i jego skóra będzie odpowiednio często myta.

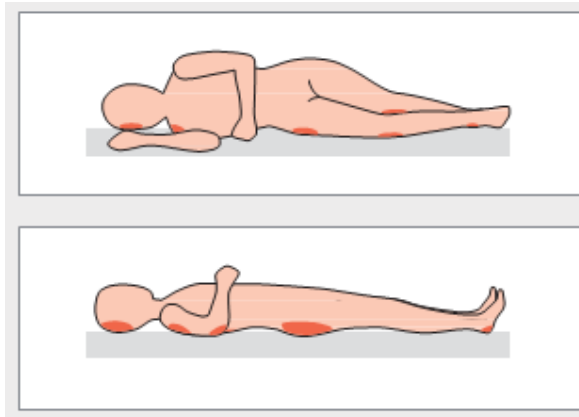
Odżywianie: potrzeby pacjenta zostaną ocenione i będzie mu udzielana pomoc w zakresie spożywania posiłków oraz napojów. W razie potrzeby, posiłki spożywane przez pacjenta zostaną zmodyfikowane na podstawie decyzji dietetyka.

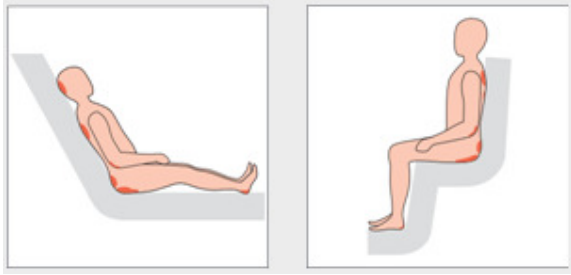
W jaki sposób można zapobiec odleżynom?

Skóra: należy systematycznie sprawdzać stan swojej skóry. Jeżeli pacjent nie jest w stanie tego zrobić, powinien poprosić osobę bliską lub opiekuna. Jeżeli skóra jest zaczerwieniona, w szczególności w miejscach zagrożonych, nie należy opierać na niej ciężaru ciała.

Ruch:

- Jednym z najlepszych sposobów zapobiegania odleżynom jest zmniejszenie nacisku na obszary szczególnie zagrożone, poprzez systematyczną zmianę pozycji. Jeżeli pacjent jest do tego zdolny, może po prostu wstać i przejść się przez kilka minut.
- W przypadku pacjentów pozostających w pozycji siedzącej, należy starać się od czasu do czasu podnosić pośladki.
- W przypadku pacjentów pozostających w pozycji leżącej, należy starać się od czasu do czasu zmieniać pozycję i podnosić pięty.
- Należy starać się nie ocierać skóry o łóżko, ponieważ może to spowodować jej uszkodzenie - jeżeli stanowi to problem, należy poprosić o pomoc przedstawiciela personelu medycznego.





Nietrzymanie moczu: należy dokładnie myć skórę i wycierać ją do sucha. Nie należy używać talku lub mydeł zapachowych, ponieważ powodują one wysuszenie skóry.

W razie pacjentów cierpiących na nietrzymanie moczu lub kału, należy zapytać pracowników personelu medycznego, w jaki sposób najlepiej rozwiązać ten problem.

Odżywianie: należy stosować zrównoważoną dietę i spożywać dużo napojów.

O czym należy pamiętać

- Jeżeli potrzebujesz pomocy, nie wahaj się o nią poprosić
- Należy starać się ruszać
- Stosować zrównoważoną, zróżnicowaną dietę
- Dokładnie myć skórę i wycierać ją do sucha
- Sprawdzać, czy nie występują żadne zaczerwienienia, przebarwienia lub stwardnienia skóry
- Dla osób szczególnie narażonych na odleżyny dostępne jest specjalne wyposażenie

Kontakty w szpitalu

- Personel medyczny oddziału
- Pracownik zespołu zapewnienia witalności w oddziale - należy o niego zapytać
- Tel. zespołu zapewnienia witalności: 024 7696 6154

Kontakty po powrocie do domu

- Lekarz ogólny/rodzinny
- Pielęgniarka w przychodni
- Pielęgniarka domowa
- Opiekun

Nasza firma korzysta z usług tłumaczy. Jeżeli potrzebują Państwo informacji w innym języku lub formacie, należy skontaktować się na numer 024 7696 7514/15, dołożymy wszelkich starań, aby spełnić Państwa potrzeby.

Historia dokumentu

Sporządził	Vanessa McDonagh
Dział	Zapewnienia witalności
Kontakt	Tel. nr 26154
Data publikacji	Grudzień 2008 r.
Data weryfikacji	Październik 2013 r.
Data modyfikacji	Październik 2013 r.
Data kontroli	Październik 2015 r.
Wersja	4
Nr referencyjny	No HIC/LFT/526/07



W placówkach Trust prowadzona jest polityka ograniczania palenia

psl
024 7696 7514/15