

Пролежни: профилактика и уход

Что такое пролежни?

- Пролежни - это некроз мягких тканей.
- Они образуются в результате постоянного давления на одно и то же место.
- Пролежни сопровождаются местными изменениями на коже, нарушениями кровообращения и нервной трофики.



Пролежни прогрессируют

Стадии пролежней



Пролежней можно избежать

Факторы риска развития пролежней



К факторам риска развития пролежней, влияние которых можно снизить, используя технологии ухода, относятся:

- **неподвижность тела или его частей**
- **постоянное давление на определенные части тела**
- **несоблюдение в должном объеме личной гигиены, прежде всего ухода за кожей и слизистыми.**
- **недостаточное и несбалансированное питание**
- **недостаточное потребление жидкости**
- **нарушение режима смены нательного и постельного белья**
- **несоблюдение требований к качеству нательного и постельного белья для лежачих больных**
- **нарушение персоналом, обеспечивающим уход, технологии изменения положения тела пациента и его перемещения**

Места возникновения пролежней

Пролежни возникают там, где к постели прилежит сустав или близко лежащая кость. Первыми страдают те области, куда приходится наибольший вес, а также те, где минимальна прослойка жира.



Профилактика пролежней

Адекватная профилактика пролежней позволяет предупредить их развитие у пациентов из группы риска более чем в 80 % случаев.

Чтобы предотвратить появление пролежней, необходимо :

- 1.Исключить факторы риска
- 2.Использовать противопролежневые приспособления и поддерживающие устройства
- 3.Тщательно ухаживать за кожей больного , обрабатывать и перевязывать раны
- 4.Стимулировать больного к движению. Положение больного нужно менять каждые 1,5-2 часа.
5. Рацион питания пациента должен быть сбалансированным, не высококалорийным, (в пределах 2000 ккал/сутки,) богат белками, не содержать продуктов, вызывающих повышенное газообразование И аллергию, не включать копченых, жареных, острых блюд.
6. Одежда пациента должна быть из натуральных тканей, не обтягивающей, без пуговиц, молний или липучек на спине. В идеале - бесшовное белье. После поворотов тела одежду надо расправлять.
7. Помещение, где находится лежачий больной, должно хорошо проветриваться и кварцеваться.

Уход за пациентом

Оптимально, если больной будет лежать на специальном противопролежневом матрасе.

Можно приобрести специальные противопролежневые валики или надувные круги.

Постельное белье не должно образовывать складок. После каждого поворота больного простынь под ним нужно расправлять, а если она мокрая – обязательно менять. Оптимально использовать простыни на резинках.



Правила ухода

В области крестца, пяток, локтей, лопаток требуется дополнительный уход.

Этим участкам уделяется особое внимание: нужно следить, чтобы они всегда были сухие и чистые. 3 раза в сутки их нужно обрабатывать:

Утром – камфорным маслом, аккуратно, без лишнего трения.

Днем – кремом с учетом типа кожи. Для сухой применяют увлажняющие крема, для жирной - спиртсодержащие препараты.

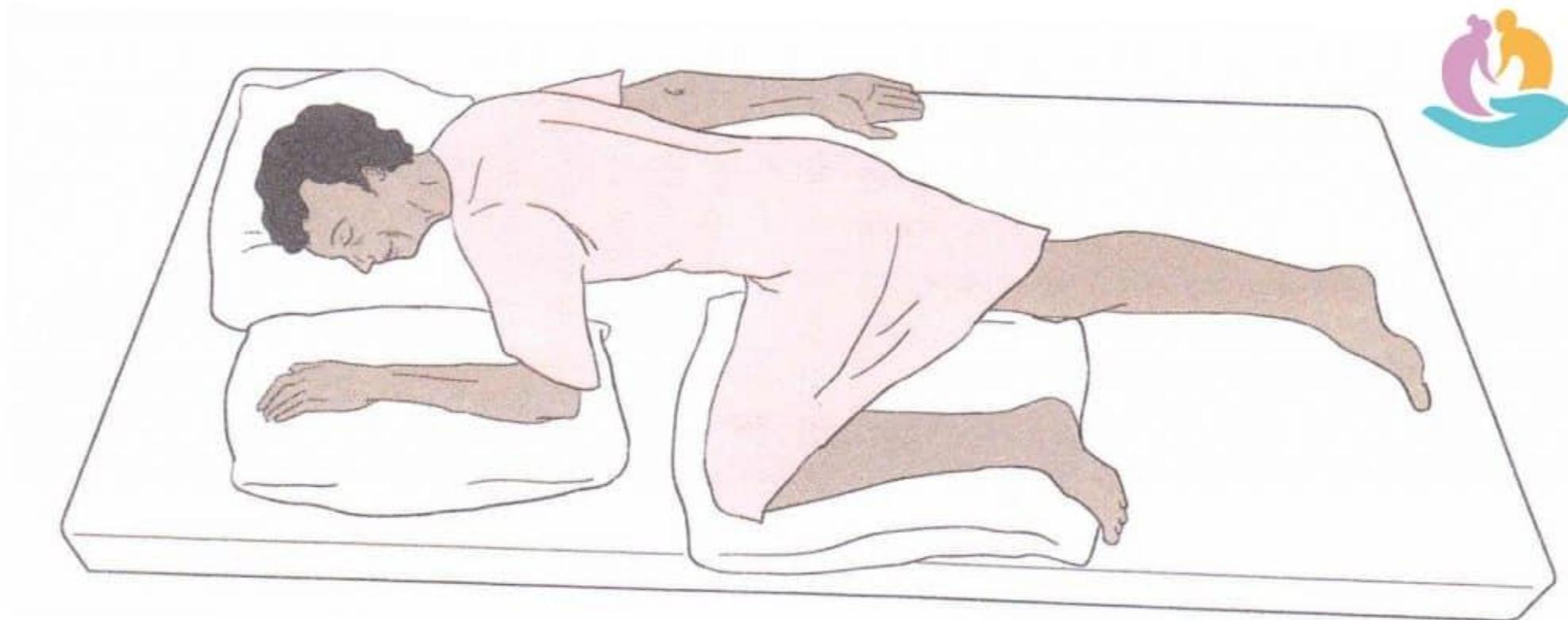
На ночь проводят массаж с камфорным маслом.



Рекомендуемая последовательность смены положений тела

- полусидячее положение, когда подголовник поднят на 45-60° (положение Фаулера);
- поворот на левый бок, за спиной подушка, между ногами – подушка так, что голени не трутся друг об друга;
- поворот на правый бок, одна подушка лежит за спиной, чтобы на нее можно было опереться, вторая – между ногами, чтобы они не соприкасались;
- положение Фаулера;
- тело в среднем положении между положением на животе и положением на боку. Голова, повернутая в сторону, лежит на подушке. Рука с этой стороны, куда повернута голова, лежит на другой подушке. Нога с этой же стороны согнута в тазобедренном и коленном суставе, уложена на третью подушку, нога с противоположной стороны немного согнута в тазобедренном суставе и прямая в колене, лежит на кровати. Это называется положением Симса.

Положение Симса



Чистота – залог здоровья

- Пациента обязательно каждый день мыть в кровати. Перед тем, как приступать к мытью, под омываемую часть подстилают или клеенку, или влаговпитывающую салфетку. На стул или тумбочку возле кровати ставят таз с теплой водой, берут мягкую губку и моют попеременно, меняя воду, гениталии, нижние конечности, тело, руки. Для мытья лучше всего использовать жидкое мыло или особые пенки. Сильно тереть кожу нельзя.
- После того, как мыло смыто, нужно промакивающими движениями высушить кожу и нанести на нее увлажняющие или защитные крема.

Массаж - обязателен

- Массаж обязательно нужно выполнять, чтобы улучшить кровообращение кожи. Перед выполнением массажных приемов на кожу наносят массажное масло или крем. Далее выполняют поглаживание, разминание, растирание рук, ног и тела.
- В области спины (если нет противопоказаний к высаживанию человека) делают дополнительно вибрационный массаж: на кожу ставят одну руку, и по ее тылу постукивают кулаком другой руки.
- Массаж затылочных областей делают легкими движениями, без предварительного нанесения масла или крема.

Спасибо за внимание!

Берегите себя, своих близких и будьте здоровы!