Что делать, если появился пролежень?

1. Поверните больного так, чтобы не было давления на рану и кровь могла поступать к месту возникновения пролежня.
2. Наблюдайте и записывайте, как меняется рана *(в рекомендациях — пример того, как можно вести лист наблюдений).*
3. Проконсультируйтесь с врачом, чтобы понять, есть ли в пролежне инфекция, области отмершей ткани, которая требует удаления, и необходимо ли применение специальных повязок, определенных антисептиков.
4. Ни в коем случае не трите пролежень, потому что это еще больше нарушает целостность кожи. Любая обработка делается легкими промокательными движениями.
5. Обеспечьте сбалансированное питание и адекватный водный баланс. Жидкость и белок — это основные источники роста тканей. Чем больше человек пьет, тем лучше заживает пролежень.
6. Обращайте внимание на:
   - повышение температуры, озноб;
   - выделения из раны;
   - плохой запах от раны;
   - повреждения вокруг раны.

Нельзя использовать для лечения и обработки пролежней:

- ***зеленку, йод, марганцовку, фукорцин;***
- ***камфорный спирт, салициловую кислоту;***
- ***облепиховое, камфорное, эфирные масла;***
- ***соду, репчатый лук.***

Рекомендации

Заведите блокнот и отмечайте проведенные процедуры. Например, апрель:

Процедуры	Дата xx.xx	xx.xx	xx.xx	xx.xx
Смена постельного белья	✓	✓	✓	✓
Визуальный осмотр кожи	✓	✓	✓	✓
Гигиенические процедуры	✓	✓	✓	✓
Смена положения	✓ ✓ ✓ ✓	✓ ✓ ✓ ✓	✓ ✓ ✓ ✓	✓ ✓ ✓ ✓

Помните о риске появления пролежней, если вы ухаживаете за человеком, который:

- находится в одном положении больше двух часов и/или не может самостоятельно менять положение тела;
- имеет проблемы с избыточным весом (избыточный вес или истощение);
- часто потеет, страдает от недержания мочи, кала;
- страдает от сосудистых заболеваний, трофических язв, диабета;
- употребляет мало жидкости. Чем меньше жидкости, тем хуже питание кожи, тем меньше крови притекает к участкам, подвергающимся давлению, и тем хуже идут в них обменные процессы.

Внимание!

Необходимо применять средства лечения и ухода за ранами, предписанные лечащим врачом.

Не занимайтесь самолечением!

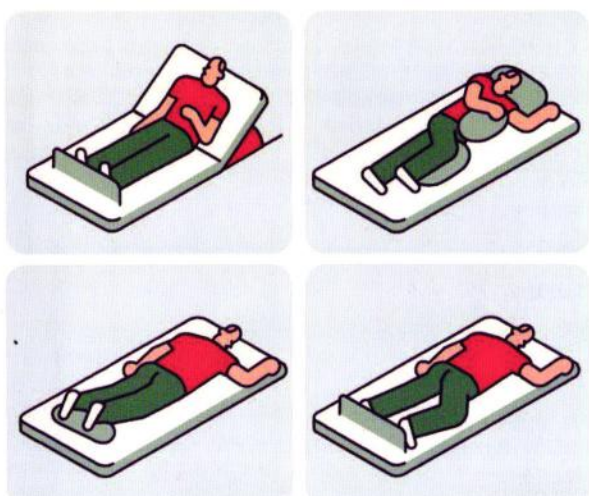
Справочный портал для инвалидов Красноярского края: ***invalid24.ru***

МИНИСТЕРСТВО СОЦИАЛЬНОЙ ПОЛИТИКИ КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ

КГКУ «Ресурсно-методический центр системы социальной защиты населения»

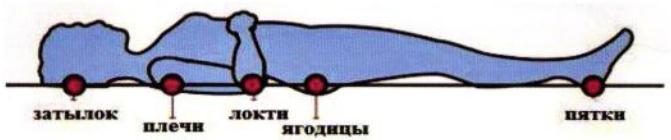
Профилактика пролежней

(памятка для населения)



КАК РАСПОЗНАТЬ ПРОЛЕЖНИ

Зоны риска образования пролежней



Степени пролежней

I степень

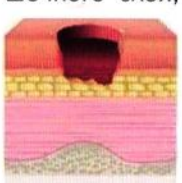
Красные/фиолетовые/синие пятна, которые не проходят после прекращения давления; кожа не повреждена.

II степень

Кожа повреждена, появляются пузыри, неглубокая рана (язва).

III степень

Рана углубляется до мышечного слоя, могут быть жидкие выделения из раны.



IV степень

Поражение тканей – некроз (черная корка), с высокой вероятностью гнойного процесса. Распространяется на сухожилия.

ПРОЛЕЖНИ –

повреждение кожи и мягких тканей, которое возникает в результате давления, если человек долго находится в одной позе без движения.

Как предотвратить появление пролежней:

- застилайте кровать без складок на белье;
- выбирайте одежду из натуральных тканей без грубых швов, пуговиц и молний;
- следите, чтобы в постели не было крошек;
- выбирайте нижнее белье, носки, чулки и гольфы без тугих резинок;
- если у подопечного стоит мочевой катетер или нефростома, следите, чтобы они не сдавливали кожу;
- не допускайте длительного нахождения подопечного в мокром абсорбирующем белье.

Следите за гигиеной:

- сохраняйте кожу чистой и сухой;
- протирайте влажной губкой (ежедневно, не реже одного раза в день);
- интимная гигиена – при каждой смене подгузника или после каждого мочеиспускания/дефекации;
- после гигиенических процедур обрабатывайте кожу защитным кремом.

Меняйте положение тела:

- если человек лежит, меняйте положение тела **каждые два часа** (не реже!), например: *спина → левый бок → спина → правый бок;*
- если человек сидит/полулежит, то меняйте положение **каждый час** (не реже!);
- постоянно осматривайте больного!

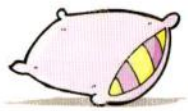
Пролежни могут:

- глубоко повредить кожу, мышцу и кости;
- привести к заражению крови;
- вызывать нестерпимую боль;
- способствуют развитию инфекции.

ИСПОЛЬЗУЙТЕ:

– функциональную кровать;

– максимально легкое одеяло;



– дополнительные подушки и валики (например, в положении больного на боку следует положить подушку между коленями и лодыжками, а в положении на спине – под пятки);

– противопролежневый матрас или в крайнем случае – максимально плоский *(матрас не отменяет необходимости смены положения тела человека в постели!)*;

– мягкие моющие средства без антибактериального эффекта;

– мягкое мыло (желательно «детское»);

– специализированные очищающие пенки для ухода за лежачими больными;

– мягкие губки-мочалки (желательно из натуральных материалов);

– увлажняющие и защитные кремы, а также лосьоны для ухода за лежачими больными.

Аккуратно омывайте раны при ежедневных гигиенических процедурах.

Следите, чтобы мыло смылось полностью.

Не держите раны долго в воде.