

Temat

Postępowanie pacjenta po wypisie z raną przewlekłą

Prowadzący

Pielęgniarki, położne

Odbiorcy

- Pacjenci z raną przewlekłą (owrzodzenia żyłne, tętnicze, stopa cukrzycowa, odleżyny, rany pourazowe i pooperacyjne trudno gojące się),
- Rodzina, opiekunowie

Cel

Przygotowanie pacjenta (oraz opiekuna) do samodzielnej i bezpiecznej pielęgnacji rany w warunkach domowych oraz zapobieganie powikłaniom.

Po zakończeniu edukacji pacjent:

- zna zasady higieny rany,
- potrafi prawidłowo zmienić opatrunek,
- rozpoznaje objawy zakażenia,
- zna zasady przechowywania materiałów opatrunkowych,
- rozumie znaczenie diety i nawodnienia w procesie gojenia,
- wie, kiedy zgłosić się do lekarza,
- zna terminy wizyt kontrolnych..

Miejsce	Czas zajęć	Metody i techniki
Świetlica, Sala chorych	15 – 20 minut	- Rozmowa indywidualna - Pokaz i instruktaż zmiany opatrunku - Materiały pisemne - Włączenie opiekuna w proces edukacji

Plan edukacji

1. Rozpoczęcie edukacji – przedstawienie się
2. Przedstawienie tematu i celu edukacji
3. Wyjaśnienie co to jest port naczyniowy
4. Na czym polega implantacja portu naczyniowego
5. Do czego służy port naczyniowy
6. W jaki sposób postępować z raną pooperacyjną
7. Co to jest igła Hubera
8. Na co należy zwracać uwagę przy obserwacji portu naczyniowego
9. Informacja o płukaniu portu naczyniowego
10. Pielęgnacja i postępowania z zaimplantowanym portem naczyniowym
11. Co to jest paszport portu naczyniowego
12. Ocena skuteczności przeprowadzonej edukacji

Treść wykładu

1. Charakterystyka rany przewlekłej

Rany przewlekłe to rany niegojące się powyżej 6–8 tygodni.

Proces gojenia może być długotrwały.

Konieczna jest systematyczna pielęgnacja.

2. Higiena rany i zmiana opatrunku

Zasady ogólne:

- Mycie rąk przed i po zmianie opatrunku.
- Używanie jałowych materiałów zgodnie z zaleceniem.
- Nie stosować preparatów bez konsultacji (np. spirytusu, wody utlenionej – jeśli nie zalecono).

Etapy zmiany opatrunku:

- Przygotowanie czystego miejsca pracy.
- Usunięcie starego opatrunku.
- Ocena rany (kolor, zapach, ilość wysięku).
- Oczyszczenie rany zgodnie z zaleceniem (np. NaCl 0,9%).
- Założenie nowego opatrunku.
- Utylizacja zużytych materiałów.

Częstotliwość zmiany opatrunku:

Zgodnie z zaleceniem lekarza / pielęgniarki (np. co 24 h / co 2–3 dni).

3. Objawy wymagające pilnego kontaktu z lekarzem

- !! Zaczerwienienie wokół rany
- !! Obrzęk
- !! Nasilony ból
- !! Ropna wydzielina
- !! Nieprzyjemny zapach
- !! Gorączka
- !! Martwica tkanek
- !! Nagłe powiększenie rany

4. Styl życia wspomagający gojenie

Dieta:

- Białko (mięso, ryby, jaja, nabiał, rośliny strączkowe)
- Witamina C
- Cynk
- Odpowiednie nawodnienie (1,5–2 l płynów dziennie – jeśli brak przeciwwskazań)

W przypadku:

- Cukrzycy – kontrola glikemii.
- Niewydolności żyłnej – elewacja kończyn, kompresjo terapia.
- Unikanie palenia tytoniu.

5. Profilaktyka powikłań

- Regularna zmiana pozycji ciała (w przypadku odleżyn).
- Odciążanie chorej kończyny.
- Noszenie odpowiedniego obuwia (stopa cukrzycowa).

→ Kontrola masy ciała.

6. Ocena skuteczności edukacji

Pacjent:

- potrafi samodzielnie zmienić opatrunek
- potrafi wymienić objawy zakażenia
- zna terminy kontroli
- przestrzega zaleceń

JAK DBAĆ O RANĘ PRZEWLEKŁĄ W DOMU

Informacja dla Pacjenta po wypisie ze szpitala

Co to jest rana przewlekła?

To rana, która goi się dłużej niż 6–8 tygodni. Wymaga regularnej pielęgnacji i kontroli lekarskiej.

Jak prawidłowo zmieniać opatrunek?

Przed zmianą opatrunku:

- ✓ Umyj dokładnie ręce wodą z mydłem
- ✓ Przygotuj czyste miejsce i potrzebne materiały

Podczas zmiany:

- ✓ Delikatnie zdejmij stary opatrunek
- ✓ Oceń ranę (czy nie ma zaczerwienienia, ropy, brzydkiego zapachu)
- ✓ Oczyszcz ranę zgodnie z zaleceniem (np. solą fizjologiczną)
- ✓ Załóż nowy, czysty opatrunek
- ✓ Wyrzuć zużyte materiały
- ✓ Ponownie umyj ręce
- ✓ Zmieniaj opatrunek zgodnie z zaleceniem lekarza/pielęgniarki.

! Nie stosuj spirytusu, wody utlenionej ani innych środków bez konsultacji.

Kiedy pilnie zgłosić się do lekarza?

Jeśli pojawi się:

- !! nasilony ból
- !! zaczerwienienie lub obrzęk wokół rany
- !! ropa lub nieprzyjemny zapach
- !! gorączka
- !! powiększenie rany, czarne lub martwe tkanki

Co pomaga w gojeniu rany?

- ✓ Jedz produkty bogate w białko (mięso, ryby, jajka, nabiał, rośliny strączkowe)
- ✓ Pij ok. 1,5–2 litrów płynów dziennie (jeśli lekarz nie zaleci inaczej)
- ✓ Dbaj o odpowiedni poziom cukru (jeśli chorujesz na cukrzycę)
- ✓ Nie pal papierosów
- ✓ Odpoczywaj i nie przeciążaj chorej kończyny

Dodatkowe zalecenia (jeśli dotyczą)

- ➔ Przy problemach z krążeniem żylnym – unoszenie nóg, noszenie zaleconych wyrobów uciskowych
- ➔ Przy odleżynach – zmiana pozycji ciała co 2–3 godziny
- ➔ Przy stopie cukrzycowej – codzienna kontrola stóp i wygodne obuwie
- ➔ W razie wątpliwości lub pogorszenia stanu rany – nie zwlekaj z kontaktem z lekarzem lub pielęgniarką.
- ➔ Twoje zaangażowanie ma ogromny wpływ na proces gojenia
- ➔ Systematyczna pielęgnacja = szybsze i bezpieczniejsze gojenie rany.

INFORMACJA DLA PACJENTA

STOPA CUKRZYCOWA – JAK DBAĆ O RANĘ W DOMU?

Codzienna pielęgnacja

- ✓ Myj ręce przed i po zmianie opatrunku
- ✓ Zmieniaj opatrunek zgodnie z zaleceniem
- ✓ Oczyszczaj ranę tylko zaleconym preparatem (np. NaCl 0,9%)
- ✓ Nie chodź boso
- ✓ Noś wygodne, szerokie obuwie

Codziennie sprawdzaj stopy

- czy nie ma nowych ran, otarć, pęknięć
- czy nie pojawiło się zaczerwienienie lub obrzęk

Bardzo ważne

- Kontroluj poziom cukru we krwi
- Stosuj dietę cukrzycową
- Przyjmuj leki zgodnie z zaleceniem

Pilnie zgłoś się do lekarza, gdy:

- !! rana się powiększa
- !! pojawia się ropa lub nieprzyjemny zapach
- !! występuje gorączka
- !! pojawia się silny ból lub obrzęk

WAŻNE DLA KAŻDEJ RANY PRZEWLEKŁEJ

- Myj ręce przed każdą zmianą opatrunku
- Nie stosuj domowych środków bez konsultacji
- Nie przerywaj leczenia
- Zgłaszaj się na wizyty kontrolne

INFORMACJA DLA PACJENTA

OWRZODZENIE ŻYLNE – ZASADY POSTĘPOWANIA

Pielęgnacja rany

- ✓ Regularnie zmieniaj opatrunki
- ✓ Oczyszczaj ranę zgodnie z zaleceniem
- ✓ Obserwuj ilość wysięku

Kompresjo terapia (jeśli zalecona)

- ✓ Noś bandaż/elastyczne pończochy uciskowe
- ✓ Zakładaj je rano przed wstaniem z łóżka

Odpowiednie ułożenie nóg

- ✓ Unoszenie nóg powyżej poziomu serca (kilka razy dziennie po 20–30 minut)
- ✓ Unikaj długiego stania i siedzenia z opuszczonymi nogami

Skontaktuj się z lekarzem, gdy:

- !! ból się nasila
- !! rana zwiększa rozmiar
- !! pojawia się zaczerwienienie i obrzęk

WAŻNE DLA KAŻDEJ RANY PRZEWLEKŁEJ

- Myj ręce przed każdą zmianą opatrunku
- Nie stosuj domowych środków bez konsultacji
- Nie przerywaj leczenia
- Zgłaszaj się na wizyty kontrolne

INFORMACJA DLA PACJENTA

ODLEŻYNY – PROFILAKTYKA I PIELĘGNACJA

Zmiana pozycji

- ✓ Zmieniaj pozycję co 2–3 godziny
- ✓ Unikaj długiego ucisku na to samo miejsce

Sprzęt pomocniczy

- ✓ Materac przeciwoodleżynowy (jeśli zalecony)
- ✓ Poduszki odciążające

Higiena

- ✓ Utrzymuj skórę czystą i suchą
- ✓ Delikatnie osuszaj skórę – nie pocieraj

Wspomaganie gojenia

- ✓ Dieta bogata w białko
- ✓ Odpowiednie nawodnienie

Zgłoś się do lekarza, gdy:

- !! rana pogłębia się
- !! pojawia się martwica
- !! występuje gorączka

WAŻNE DLA KAŻDEJ RANY PRZEWLEKŁEJ

- Myj ręce przed każdą zmianą opatrunku
- Nie stosuj domowych środków bez konsultacji
- Nie przerywaj leczenia
- Zgłaszaj się na wizyty kontrolne