

**Edukacja pacjentów / rodzin / opiekunów
w zakresie odleżyn**

tel. 32 624 72 39

wtorki w godz. 10.00 do 12.00

Pacjencie, czy znasz swoje prawa?



Pamiętaj, jako pacjent masz prawo do:

- Świadczeń zdrowotnych
- Informacji o swoim stanie zdrowia
- Tajemnicy informacji z Tobą związanych
- Wyrażenia zgody lub jej odmowy na udzielenie świadczeń zdrowotnych
- Poszanowania intymności i godności
- Dostępu do dokumentacji medycznej
- Zgłoszenia sprzeciwu wobec opinii albo orzeczenia lekarza
- Zgłaszania działań niepożądanych produktów leczniczych
- Poszanowania życia prywatnego i rodzinnego
- Opieki duszpasterskiej
- Przechowywania rzeczy wartościowych w depozycie

Jeśli Twoje prawa zostały
naruszone zadzwoń:

Telefoniczna Informacja Pacjenta
800-190-590

Rzecznik Praw Pacjenta
ul. Młynarska 46
01-171 Warszawa
kancelaria@rpp.gov.pl; www.rpp.gov.pl



Szpital Powiatowy w Chrzanowie

ul. Topolowa 16
32-500 Chrzanów

Telefony - centrala: 32 624 77 77

Fax: 32 623 94 28

Adres e-mail: sekretariat@szpital-chrzanow.pl

<http://szpital-chrzanow.pl/>



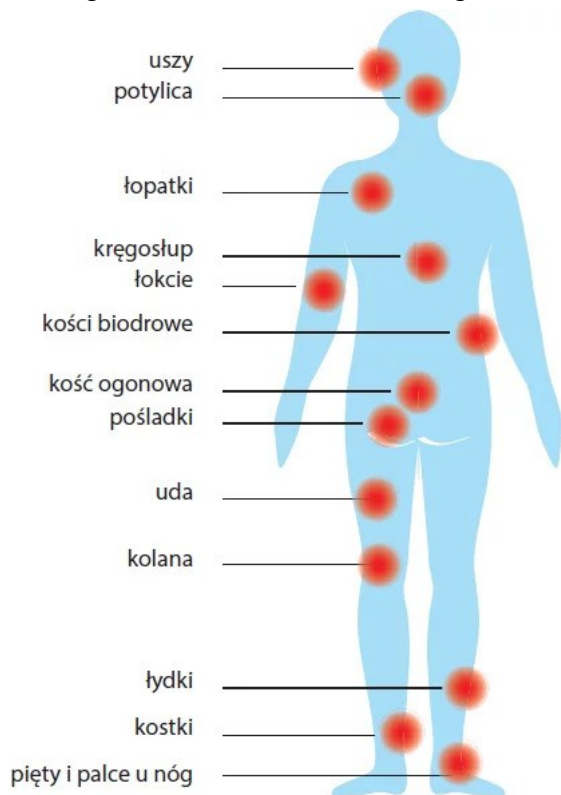
SZPITAL
POWIATOWY
W CHRZANOWIE

Profilaktyka odleżyn



CO TO JEST ODLEŻYNA

Odleżyna jest to obszar zlokalizowanego uszkodzenia skóry i znajdujących się pod nią tkanek, który powstaje na skutek długotrwałego unieruchomienia chorego.



DLACZEGO TWORZĄ SIĘ ODLEŻYNY

W miarę upływu czasu, stały ucisk lub tarcie, szczególnie w okolicach gdzie kości bezpośrednio uciskają tkanki miękkie, powoduje zahamowanie lub ograniczenie krążenia krwi i ukrwienia tkanek. Efektem jest powstanie zaczerwienionych obszarów skóry, w obrębie których szybko dochodzi do obumierania tkanki. **Martwe tkanki charakteryzują się czarnym lub żółtym zabarwieniem.**

PIERWSZE SYGNAŁY POWSTAWANIA ODLEŻYN

- ⇒ zaczerwienienie skóry
- ⇒ obrzęk
- ⇒ pęcherze naskórka
- ⇒ otarcia naskórka
- ⇒ ból

ZANIEDBANIE TYCH OBJAWÓW MOŻE BYĆ PRZYZYNY:

- ⇒ pogłębienia odleżyny
- ⇒ uszkodzenia mięśni
- ⇒ uszkodzenia kości
- ⇒ ciężkich zakażeń
- ⇒ zgonu

CO ROBIĆ ABY NIE DOPUŚCIĆ DO POWSTANIA ODLEŻYNY

1. Utrzymanie ciała chorego w czystości

- codzienna toaleta (kąpiel), a jeśli chory poci się lub zanieczyszcza, tak często jak zachodzi taka potrzeba
- temperatura wody powinna wynosić 37 – 40°C
- mycie mydłem w płynie najlepiej o pH 5,5, lub szarym mydłem
- dokładne wysuszenie powierzchni skóry i fałd

2. Pielęgnacja skóry

- wietrzenie skóry
- stosowanie środków natłuszczających (oliwka, 0,5% krem propolisowi, linomag, maść nagietkowa, lantan, olej parafinowy, hipoalergiczne balsamy do ciała)
- stosowanie na miejsca zagrożone wystąpieniem odleżyn specjalistycznych kremów ochronnych, pozostawiających na skórze warstwę ochronną
- nie stosowanie pudrów, suchych zasypek — powodują, że skóra staje się wysuszona i mało elastyczna
- chorym zanieczyszczającym się zakładamy pielucho – majtki

3. Zabiegi poprawiające ukrwienie

- delikatny masaż, oklepywanie

4. Łóżko chorego

- dostęp do łóżka powinien być z każdej strony
- łóżko codziennie prześcielone, prześcieradło dobrze naciągnięte, niekrochmalone, pozbawione okruszków
- unikaj mokrej, wilgotnej bielizny
- kanapa, wersalka może zasadniczo służyć jedynie jako tymczasowe, doraźne rozwiązanie
- nie stosować gumowych podkładów
- uważać, by pacjent nie leżał na szwach, guzikach

5. Regularna zmiana pozycji

- co 1-2 godziny, uwzględniając pozycję na bokach, plecach, na brzuchu (jeżeli nie ma przeciwwskazań)
- częstotliwość zmiany pozycji jest uzależniona od stanu chorego (pozycję zmieniamy także w nocy)
- należy pamiętać o przedzieleniu nóg poduszkami, aby uniknąć wzajemnego ucisku

6. Stosowanie udogodnień

- wałki, poduszki, podpórki pod pięty
- podkłady ze skóry owczej.
- kółka, krążki z pianki (nie stosować kółek gumowych i styropianowych).
- materace przeciwoleżynowe

7. Aktywizowanie chorego na miarę jego możliwości

- zachęcanie podopiecznego do wykonywania jak największej ilości czynności i aktywności ruchowej, o ile jest to możliwe ze względu na stan zdrowia (nie wyręczaj chorego w czynnościach, które sam może wykonać)
- wykonywanie codziennie ruchów biernych (wykonywane z pomocą opiekuna) i czynnych ciała (samodzielnie przez chorego) jak najczęściej i możliwie jak najlepiej.

8. Odżywianie

- dieta lekkostrawna z wysoką zawartością białka, witamin, soli mineralnych
- regularne, urozmaicone posiłki, często lecz w małych ilościach
- podawać płyny do picia