

Все, что нужно знать о пролежнях

группы риска стадии осложнения

признаки профилактика



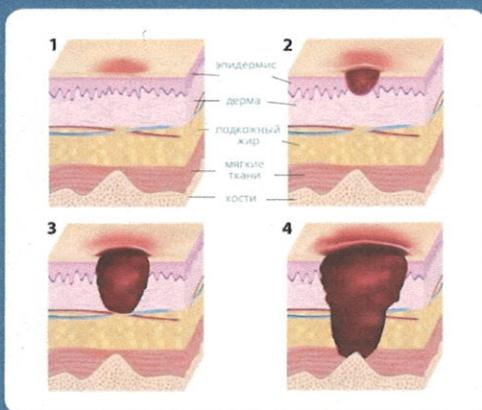
Как предотвратить пролежни?

1. Осматривать кожу утром и вечером.
2. Менять положение тела каждые 15 минут, если человек может сидеть. Каждые 1-2 часа при неподвижном положении.
3. Проверять кожу на изменение цвета, появление красных пятен и нетипично теплых участков.
4. Придерживаться питательной диеты, богатой цинком, витамином С, А и селеном, избегать обезвоживания.
5. Держать кожу чистой и сухой. Наносить специальный крем, чтобы

защитить от воздействий пота, мочи и стула.

6. При мытье использовать мягкую губку или ткань. Сильно не тереть.
7. Не применять тальк или сильнодействующее мыло.
8. Принимать горячие ванны или душ не больше одного раза в день каждый день. Частое полноценное мытье может еще больше высушить кожу.
9. Проводить ЛФК.
10. Использовать специально разработанные матрасы, подушки, накладки.
11. Стирать и менять простыни, нижнее белье и одежду, как минимум, один раз в неделю.
12. Пить много воды.
13. Избегать тесной одежды с толстыми швами, пуговицами или молниями, которые давят на кожу.
14. Следить, чтобы одежда и белье не скатывались и не мялись в местах, где на тело оказывается давление.

Каковы стадии пролежней?

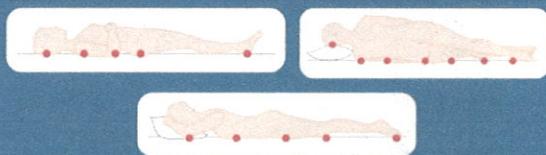


Какие части тела поражаются?

- в сидячем положении



- в лежачем положении



Какие части тела поражаются?

Чаще всего развиваются на тех частях тела, где кости расположены ближе всего к коже, например:

- лодыжки;
- пятки;
- колени;
- локти;
- копчик;
- ягодицы;
- бедра;
- задняя часть головы;
- лопатки.

Какие признаки запущенного пролежня?

- участок кожи болит и «горит»;
- участок с пролежнем обесцвечен и не меняет цвет при надавливании;
- высокая температура тела;
- есть зуд;
- неприятный запах;
- участок кожи красный и очень теплый на ощупь;
- вздутие;
- сочащийся гной.

Кто находится в группе риска?

Больные с более тонкой кожей и ограниченным движением более склонны к развитию пролежней.

К ним относятся те, кто:

- достиг возраста 65 лет и малоподвижен;
- находится в коме или вегетативном состоянии;
- парализованный;
- использует инвалидные коляски;
- носит гипс или протезы.

Какие болезни повышают риск?

- рак;
- хроническая венозная недостаточность;
- деменция;
- диабет;
- сердечная недостаточность;
- почечная недостаточность;
- недоедание;
- заболевание периферических артерий;
- травма спинного мозга или позвоночника.

Каковы стадии пролежней?

- **1 стадия.** Кожа розоватая или красная, но открытой раны нет. Симптомы зависят от типа кожи, главное, обратить внимание на нетипичное состояние, когда участок с пролежнем может стать теплее или прохладнее, мягче или тверже.
- **2 стадия.** Развивается неглубокая рана с розовым или красным основанием. Появляются потрескивания и волдыри.

Каковы стадии пролежней?

- **3 стадия.** Заметная рана может проникнуть в жировой слой кожи (гиподерму).
- **4 стадия.** Рана проникает во все три слоя кожи, обнажая мышцы, сухожилия и кости.