

Základní poloha

Polohování je nejdůležitější a neúčinnější částí péče v prevenci, ale i léčbě již vzniklých dekubitů.

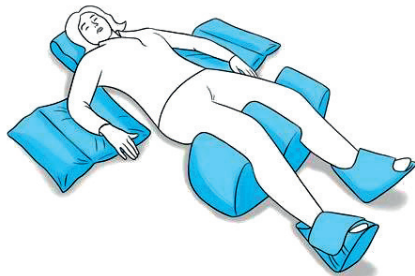
Plní hned několik funkcí:

- odlehčuje kůži,
- zlepšuje prokrvení,
- předchází zkracování svalů,
- odstraňuje bolest,
- zlepšuje psychický stav ošetřovaného.

Vhodný interval polohování se liší podle výše rizika, může se pohybovat od několika desítek minut do několika hodin.

Nejčastěji doporučovaným intervalem polohování jsou 2 hodiny, a to ve dne i v noci.

Ležícího pacienta je možné polohovat do tří základních pozic – na zádech, na boku a na břiše.



Správným vypořádáním namáhaných částí je přitom nutné minimalizovat působení tlaku na kůži. Vhodnou pomůckou jsou speciální antidekubitální matrace. Důležitým předpokladem správného polohování je pohodlí pacienta.

Bez energie to nejde

Proces hojení je extrémně náročný na energii a živiny. Pro vznik dekubitů a zhoršenou hojivost ran je rizikový úbytek tělesné hmotnosti a nedostatek bílkovin.

V prevenci je vedle dostatečného přísunu základních živin nutný i pravidelný přísun vitamínů a stopových prvků.



NEMOCNICE
PARDUBICKÉHO KRAJE

PARDUBICKÁ NEMOCNICE

Kyjevská 44, Pardubice 532 03
tel.: +420 466 011 111
e-mail: posta.pardubice@nempk.cz
pardubice.nempk.cz

CHRUDIMSKÁ NEMOCNICE

Václavská 570, Chrudim 537 27
tel.: +420 469 653 111
e-mail: posta.chrudim@nempk.cz
chrudim.nempk.cz

SVITAVSKÁ NEMOCNICE

Kollárova 7, Svitavy 568 25
tel.: 461 569 111
e-mail: posta.svitavy@nempk.cz
svitavy.nempk.cz

LITOMYŠLSKÁ NEMOCNICE

J. E. Purkyně 652, Litomyšl 570 14
tel.: +420 461 655 111
e-mail: posta.litomysl@nempk.cz
litomysl.nempk.cz

ORLICKOÚSTECKÁ NEMOCNICE

Čs. armády 1076, Ústí nad Orlicí 562 18
tel.: +420 465 710 111
e-mail: posta.usti@nempk.cz
usti.nempk.cz



STOP DEKUBITŮM



NEMOCNICE
PARDUBICKÉHO KRAJE

Proleženiny neboli dekubity jsou rány způsobené působením lokálního tlaku na kůži. Vznikají v místech dlouhodobého kontaktu kůže s podložkou (např. u nemocných dlouhodobě upoutaných na lůžko).

Příčiny

V místech neustálého kontaktu a tlaku dochází k uzavření drobných cév, tkáň jsou špatně zásobovány živinami a kyslíkem, a tak dochází k jejich postupnému odumírání. Rozsah odumrtí tkáň závisí na vzájemném působení několika faktorů:

- **intenzity tlaku,**
- **doby působení tlaku,**
- **odolnosti organismu vůči tlaku,**
- **celkového stavu postiženého** (přidružená onemocnění),
- **vlivů zevního prostředí** (léky, teplota, vlhkost apod.).

Dekubity se objevují poměrně rychle, v některých případech i po pouhých několika hodinách. Zvýšené riziko vzniku dekubitů mají lidé inkontinentní, pacienti s onemocněním centrálního nebo periferního nervového systému, nemocní po úrazech a lidé ve vyšším věku.

Projevy

Dekubity se mohou vytvořit prakticky kdekoliv na těle. K místům nejnáchylnějším k jejich vzniku patří oblasti s malou vrstvou tukové a svalové tkáň, kde tlak zvenčí působí přímo proti kosti. Patří k nim:

- **oblast nad křížovou kostí** (sakrální oblast),
- **paty,**
- **sedací kosti,**
- **oblast nad velkými výčnělky stehenní kosti,**
- **vnější kotníky.**

Dekubitus se vyvíjí v několika stádiích. Prvním projevem tlakového postižení je zarudnutí, bolestivost a otok kůže. Následuje puchýř nebo povrchový vřed zasahující do pokožky a škáry.

V okolí se rozvíjí zánět. Posledním stadiem je odumření (nekróza) tkání. Má vzhled černé suché krusty, nebo naopak rozbředlé nažloutlé tkáň. Nedostatečně léčený dekubitus se dále prohlubuje, nekróze podléhají okolní svaly a kosti. Odumřelá tkáň je rozbředlá, hnilobně páchne, zbytky tkáň mají žlutozelenou barvu. Vyvinutý dekubitus má charakter vředu s druhotnou infekcí. Infikované vředy ohrožují postiženého celkovou infekcí.

Léčba

Léčbu dekubitů je možné shrnout do několika základních algoritmů:

- **nekrotická rána** = odstranit nekrózu;
- **infikovaná rána** = vyčistit ránu od infekce;
- **čistá rána** = podporovat granulaci a epitelizaci.

Spontánní zhojení pokročilých stadií dekubitu není možné. V těchto případech je vždy nutná chirurgická léčba spočívající v odstranění odumřelých tkání a sanaci infekčního ložiska. Ránu zbavenou nekróz je vhodné ošetřovat moderními metodami vlhkého hojení.

Hojení a ošetřování

Základní cíle ošetřování dekubitů lze shrnout do několika bodů:

- **odstranění tlaku,**
- **odstranění nekróz,**
- **boj proti infekci,**
- **odstranění bolesti,**
- **podpora granulace,**
- **podpora epitelizace.**

Většinu těchto cílů splňuje vlhká terapie pomocí moderních materiálů a vhodného sekundárního krytí.

Prevence

V problematice dekubitů je nejdůležitější otázkou prevence. V ní hraje významnou roli ošetrovatelská péče. K základním předpokladům účinné prevence dekubitů patří:

- **hygiena,**
- **masáže,**



- **ochrana kůže před macerací,**
- **polohování,**
- **dostatečná výživa.**

Čistota pŕl zdraví

Pro čistotu pokožky i pohodlí ošetřovaného jsou důležité pravidelné koupele.

I při nich je však třeba pamatovat na několik zásad:

- koupel nemá trvat příliš dlouho;
- vhodná je vlažná voda, příliš horká voda odstraňuje kožní mazivo;
- po ukončení koupele je nutné pokožku dobře vysušit.

Masáž nejen sportovní

Jednoduchá masáž krouživými pohyby rukou po pokožce snižuje celkové svalové napětí, působí proti bolesti a reflexně ovlivňuje i další orgány. Bývá proto ošetřovaným pozitivně vnímána. V prevenci dekubitů se doporučuje pravidelné masírování oblasti zad, hýždí, pat a loktů. K masáži jsou vhodné tzv. základní masážní emulze nebo mastné krémy. Při zvýšeném riziku dekubitů je vhodné masáž provádět i víckrát denně.

Ochranný film

Ke zvýšení odolnosti kůže proti působení vlhkosti a tlaku slouží ochranné pasty a krémy obsahující zinek. Před aplikací nové vrstvy je důležité odstranit původní nános omytím nebo pomocí oleje.