

Помните

Можно и нужно

Каждые 1–2 часа



Менять положение тела.

Ежедневно (не реже)/ по необходимости



Менять постельное и нательное белье.



Мыть и обтирать влажной губкой тело больного.



Осматривать тело больного на предмет покраснений и других кожных изменений.



Использовать валики и подушки.



Сохранять оптимальную температуру в помещении (21–23 °C).



Не допускать образования складок на постельном белье и одежде.

Постоянно



Своевременно менять подгузник.



Следить за сбалансированным питанием (витамины А, В, С — творог, мясо, овощи) и питьевым режимом.



Обрабатывать кожу защитным кремом.

Заведите блокнот и отмечайте проведенные процедуры.

Пример: март

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



Проследите, чтобы врач назначил больному современные средства лечения:

- пенные, гелевые, наполненные водой или воздухом очищающие прокладки;
- абсорбирующие и гидроактивные повязки.



Подробнее о методах профилактики пролежней и безопасных положениях больного в постели вы можете узнать в разделе «Уход» на сайте pro-palliativ.ru.

Профилактика и лечение пролежней

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

1

Находится в одной позе больше 2 часов и/или не может самостоятельно менять положение тела.

2

Имеет проблемы с весом (избыточный вес или истощение).

3

Часто потеет, страдает от недержания мочи, кала.

4

Страдает от сосудистых заболеваний, трофических язв, диабета.

Пролежни — это повреждения кожи и мягких тканей, возникающие в результате давления, если человек долго находится в одной позе без движения.

Пролежни могут:



Серьезно повредить кожу, мышцы и кости.



Вызвать нестерпимую боль.



Вызвать инфекции.



Привести к заражению крови.



Ухудшить качество жизни.



Если пролежни не лечить, они могут привести к летальному исходу!

Нельзя использовать для лечения и обработки пролежней



Зеленку, йод, марганцовку, фуорцин.



Облепиховое, камфорное, эфирные масла.



Камфорный спирт, перекись водорода, салициловую кислоту.



«Болтушку», соду, репчатый лук.



«Мазь Вишневского» и «Левомеколь» нельзя использовать без консультации с врачом!



Поступайте с больным человеком так, как хотите, чтобы поступали с вами.

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. На последней странице вы найдете пример того, как можно вести лист наблюдений.

Обращайте внимание на:

- повышение температуры тела больного, озноб;
- выделения из раны;
- плохой запах от раны;
- повреждения вокруг раны.



При длительном давлении состояние ухудшится — откроется рана, которая углубится вплоть до кости.



фонд помощи хосписам

Вера



Мастерская заботы

Горячая линия помощи неизлечимо больным людям

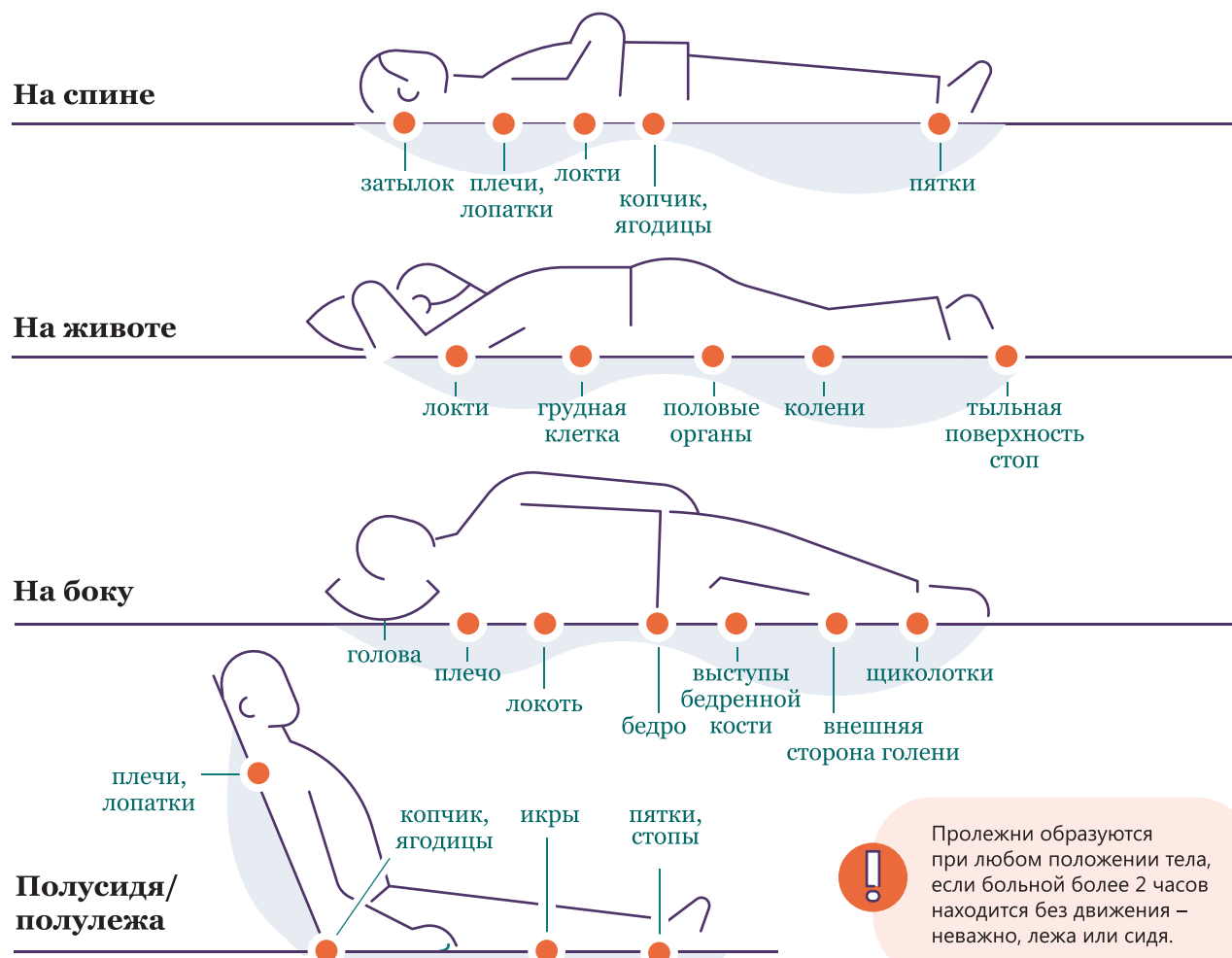
Веб-сайты

8 (800) 700-84-36

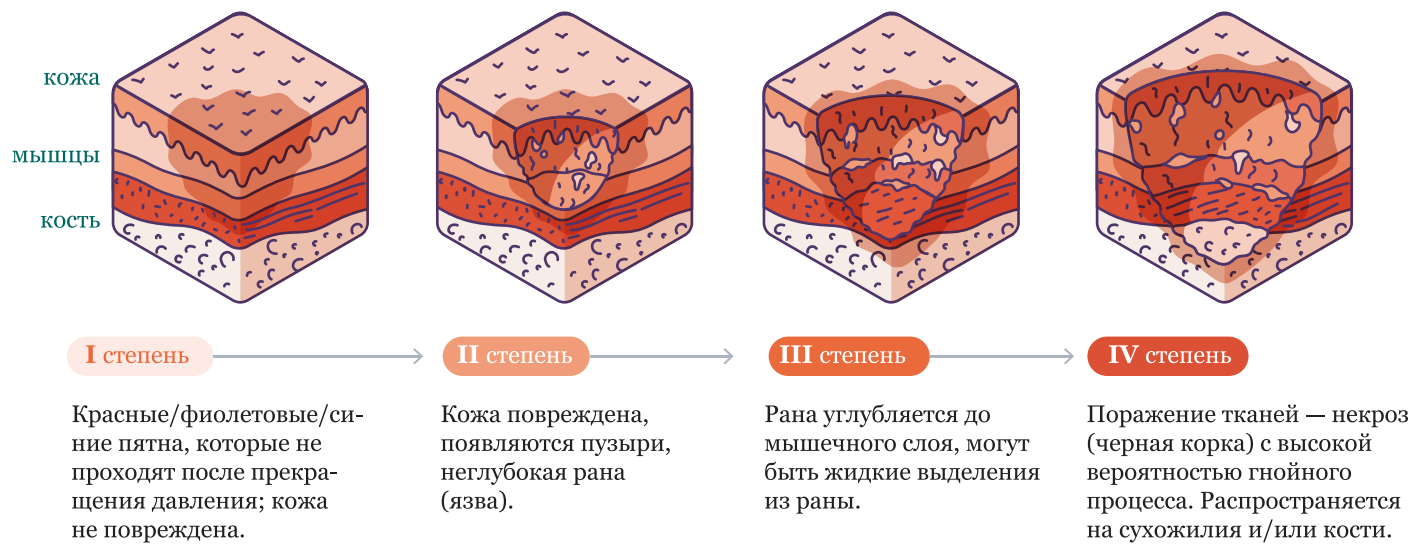
www.fond-vera.ru
www.pro-palliativ.ru

Как распознать пролежни

Зоны риска образования пролежней



Степени развития пролежней



i Давите на красное пятно пальцем 2–3 секунды:

- кожа побелела — это не пролежень,
- осталась красной — это пролежень I степени.

! Даже при появлении пролежней I степени необходимо обратиться к врачу.

Как предотвратить появление пролежней

Обратите внимание

- Застилайте кровать без складок на белье. Складки повышают риск появления пролежней.
- Следите, чтобы в постели не было крошек.
- Выбирайте одежду из натуральных тканей без грубых швов, пуговиц и молний.
- Выбирайте трусы, носки, чулки и гольфы без тугих резинок.
- Если у больного стоит мочевой катетер или нефростома, следите, чтобы они не сдавливали кожу.

Меняйте положение тела

Если человек лежит, меняйте положение тела **каждые 2 часа** (не реже!), например:

- Спина
- Левый бок
- Снова спина
- Правый бок

Если человек сидит/полулежит, то меняйте положение **каждый час** (не реже!).

! Постоянно осматривайте больного!

Используйте:

- функциональную кровать;
 - максимально легкое одеяло;
 - дополнительные подушки и валики (например, в положении больного на боку положите подушку между коленями и лодыжками, в положении на спине — под пятки);
 - противопролежневый матрас (в крайнем случае — обычный максимально плоский).
- Матрас не заменяет необходимости смены положения тела человека в постели!

Следите за гигиеной

- Всегда сохраняйте кожу сухой и чистой.
- Протирайте тело больного влажной губкой. Ежедневно, не реже 1 раза в день.
- Создайте условия, чтобы больной мог регулярно принимать душ или ванну.
- Интимная гигиена — при каждой смене подгузника или после каждого мочеиспускания/дефекации.
- После гигиенических процедур обрабатывайте кожу защитным кремом!

Как мыть человека с пролежнями?



- Аккуратно оmyвайте раны при ежедневных гигиенических процедурах.
- Следите, чтобы мыло смывалось полностью.
- Не держите раны в воде долгое время.
- После купания делайте перевязку.

Используйте:

- мягкие моющие средства без антибактериального эффекта;
- мягкое мыло (например, детское);
- специализированные очищающие пенки для ухода за лежачими больными;
- мягкие губки-мочалки (желательно из натуральных материалов);
- увлажняющие и защитные кремы, лосьоны для ухода за лежачими больными.