



Dekubity – desatero pro prevenci a léčbu

Praktické informace pro účinnou léčbu proleženin



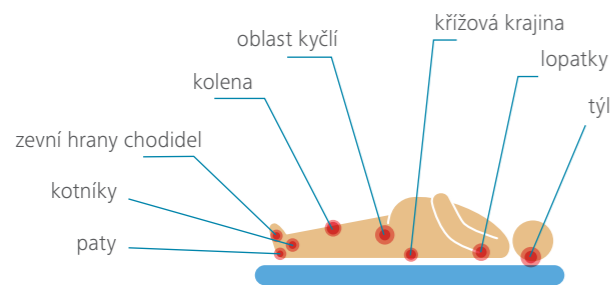
1 Co je dekubitus, jak jej poznat



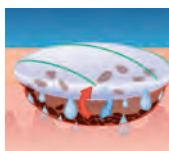
Dekubitus neboli **proleženina** je poškození kůže, které vzniká při tření, častěji pak přímým tlakem na část těla. Nejčastěji se s dekubity setkáváte u **ležících pacientů**, zejména pak u starších pacientů s omezenou hybností a celkově zhoršeným zdravotním stavem. Vliv na vznik dekubitu má celá řada faktorů – **omezená aktivita, tělesná hmotnost, výživa, vlhko, tělesná teplota.**

2 Kde dekubity nejčastěji vznikají

Nejkritičtějšími místy na lidském těle jsou místa, kde je mezi kostmi a svrchní kůží pouze minimum svalstva. Nejrizikovějšími oblastmi jsou:



4 Jak ošetřovat dekubity



Při léčbě dekubitů a ran obecně je velmi důležité **důkladně vyčistit ránu** a používat prostředky, které ničí mikroorganismy. Moderní způsob léčby je založen na aplikaci **prostředků vlhkého hojení**, které specifickým způsobem kontinuálně proplachují a čistí ránu.

Samotná léčba je tak rychlejší a výrazně se snižuje či zcela eliminuje riziko opětovné nákazy. Výhodou vlhkého hojení je mimo jiné i to, že vytváří v ráně prostředí, které podporuje eliminaci jizev.

5 Čím ošetřovat dekubity

Při léčbě dekubitů je velmi důležité v jaké fázi hojení se rána nachází a o jaký typ rány se jedná. Na základě těchto informací je třeba zvolit vhodné terapeutické krytí. Pro ošetření nejčastějších typů ran jsou vhodné tyto produkty:



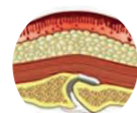
HydroClean
vhodný pro čištění ran
i s odumřelou tkání



HydroTac Sacral
vytváří optimální prostředí
pro uzavírání ran, nyní
i ve speciálním tvaru
na ošetření v sakrální oblasti

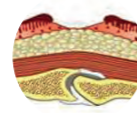
3 Rozpoznání stupně dekubitu

Dekubity se dělí do čtyř stupňů, které se liší jednak rozsahem a jednak mírou poškození kritického místa.



I. stupeň

Ostře ohraničené zarudnutí kůže, které zůstává i poté, co na místo zatlačíte prstem, průvodním jevem může být zvýšená teplota. Toto stadium je při včasné zásahu úspěšně léčitelné.



II. stupeň

Povrchové poškození pokožky (epidermis), které vypadá jako puchýř nebo mělký kráter, nezasahuje do podkoží. Pokožka je velmi bolestivá, křehká, okolí bývá červenofialové.



III. stupeň

Vzniká vřed s odumřelými částmi kůže (nekróza), hluboký kráter, který postupuje všemi vrstvami kůže, případně až ke svalovému obalu (ten zůstává nepoškozen). Tento stupeň se vyznačuje tím, že přestává být bolestivý.

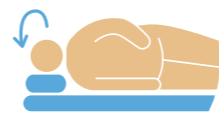


IV. stupeň

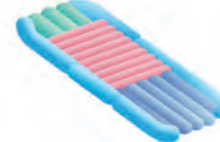
Rozsáhlé odumřelé části kůže (nekróza), který zasahuje i svaly a šlachy. Často je tato fáze spojena se zánětem kostí a kloubů.

6 Preventivní opatření

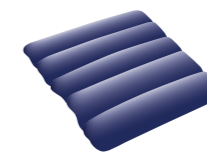
Při léčbě dekubitů jsou velmi důležitá preventivní opatření, která napomáhají léčbě a zároveň zabraňují vzniku dalších dekubitů. Mezi tato preventivní opatření patří především:



Polohování pacienta tak, aby se odlehčilo rizikovým částem těla.

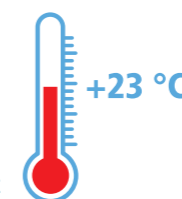


U dlouhodobě ležících pacientů je vhodné využívat **antidekubitní matrace**, které mají podobnou funkci jako podložky, a kombinovat je s elektricky polohovatelným lůžkem.



Využití **antidekubitních podložek**, které rovnoměrně rozkládají tlak v rizikových oblastech a minimalizují tření kůže o podklad.

7 Vhodné prostředí



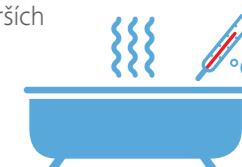
Při ošetřování pacienta s proleženinami je velmi důležité zajistit **vhodnou vlhkost a teplotu vzduchu**: ta by měla být o něco vyšší než u zdravého člověka, tj. **23 °C a více**. Při větrání místnosti je třeba zajistit, aby rána nebyla vystavena prudkým změnám teploty.

V opačném případě dochází k výraznému zpomalení až zastavení procesu hojení. Samozřejmostí je pak udržování lůžka **v suchém stavu s minimem záhybů** a použití lehkých a **vzdušných příkrývek**.

8 Hygiena

U nepohyblivých pacientů je třeba velmi dbát na hygienu. Ve většině případů trpí ležící pacienti inkontinencí a obecně zhoršeným zdravotním stavem. Při výměně inkontinenčních pomůcek je na místě opatrné zacházení a důkladná hygiena rizikových oblastí.

Základní hygiena by se měla provádět **vlažnou vodou**, koupání musí být, zvláště u starších osob, velmi krátké. Pokožka se nesmí osušovat třením, ale tzv. **tapováním** (mírným tlakem). Nezbytné je použití **speciální kosmetiky** podporující regeneraci pokožky.



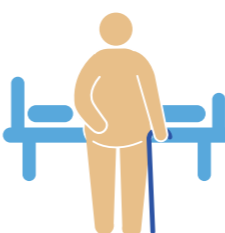
9 Výživa



Výživa nemocného má velmi výrazný vliv na prevenci i léčbu dekubitů. Správná výživa udržuje pokožku vláčnou, poskytuje dostatek vitamínů, minerálů a stopových prvků, což napomáhá posilovat imunitu a zároveň zkracovat dobu léčení.

Nelze doporučit konkrétní dietu, je však velmi důležité, aby ve stravě **nepřevládaly tuky a cukry, ale naopak bílkoviny**.

10 Včasná mobilizace



Velmi důležitá je včasná mobilizace pacienta, která podporuje prokrvení pokožky a díky změně polohy těla snižuje tlak na rizikové oblasti. Mobilizace zahrnuje jak **vstávání z lůžka a pohyb po pokoji**, tak i **pohybová cvičení prováděná na lůžku**.

Prakticky jakákoliv forma pohybu je v tomto případě pozitivní.

HydroTac® Sacral

Nyní i ve speciálním tvaru na ošetření v sakrální oblasti.



Rychlejší hojení ran s gelovou technologií AquaClear [1,2]

**o 23,5 %
rychlejší
epitalizace**
[* 3]



Kontaktní informace:

HARTMANN – RICO a.s.

Masarykovo nám. 77, 664 71 Veverská Bítýška

Bezplatná linka: 800 100 150

www.hartmann.cz, www.lecbarany.cz

*V porovnání se silikonovým krytím, in vivo study.

[1] Smola, H. (2016). Simplified treatment options require high-performance dressings – from molecular mechanisms to intelligent dressing choices. EWMA 2016. Bremen, 11-13 May, 2016. [2] Smola, H. et al. (2016). Hydrated polyurethane polymers to increase growth factor bioavailability in wound healing. HydroTherapy Symposium: A New Perspective on Wound Cleansing, Debridement and Healing. London, 3 March, 2016. [3] Smola, H. (2015). Stimulation of epithelial migration – novel material based approaches. EWMA Congress. London, 13-15 May, 2015.



**O krok dál
pro zdraví**