Информационная брошюра для пациентов и их родственников: профилактик а пролежней для пациентов в группе риска

(Pressure ulcer, pressure sore)

Вся информация, содержащаяся в буклете, предназначена для общего ознакомления, и не заменяет консультации с врачом. Все права защищены Хадассой (с). Нельзя копировать, фотографировать, использовать данную брошюру или ее части, без письменного разрешения Хадассы. Буклет написан в частично в мужском, а частично в женском роде из соображений удобства, но относится к обоим полам в равной степени. 2020. Для получения дополнительной информации посетите сайт [www.hadassah.org.il](http://www.hadassah.org.il)

(2.20) 10483-0/ א

**Уважаемый пациент и члены семьи!**

В этой брошюре Вы найдете информацию о пролежнях, способах их профилактики и лечения. Пролежни образуются преимущественно у пациентов, неспособных к самостоятельному передвижению, прикованных к кровати. Пролежни причиняют пациенту боль и большие неудобства, а также приводят к замедлению выздоровления, увеличению срока госпитализации, а в тяжелых случаях даже к смерти в результате осложнений и инфекций. Тем не менее, существует эффективная профилактика пролежней, а также действенные методы лечения. Важно, чтобы Вы были проинформированы о факторах риска, и особенно о способах профилактики, с помощью которых можно предотвратить развитие пролежней. Сотрудники отдела всегда к Вашим услугам, и готовы ответить на любые Ваши вопросы, проконсультировать и поддержать. Пожалуйста, обращайтесь к нам по любому вопросу и мы будем рады помочь Вам!

С уважением, персонал отделения.

**Что такое пролежень и как он образуется?**

Пролежень - это травма, которая приводит к повреждению кожи и подлежащих тканей, , в тех местах, где кость расположена близко к коже. Травма происходит из-за постоянного и продолжительного давления на кожу со стороны плотной поверхности, такой как матрас, медицинские аппараты, кресло или инвалидная коляска. Постоянное давление приводит к повреждению небольших сосудов, которые доставляют коже кислород и необходимые вещества. Если давление продолжается в течении длительного времени, начинается разрушение кожного покрова, вплоть до мышечной ткани и/или кости.

**На каких частях тела образуется пролежень?**

Пролежень может образоваться на любой части тела, если она находится под постоянным давлением Место образования пролежня зависит от положения (позы) пациента, и его способности самостоятельно двигаться. К примеру: пациента прикованного к кровати, лежащего на спине, пролежень может образоваться на ягодицах, лопатках, лодыжках и коже головы. У пациента в инвалидной коляске могут обpазоваться пролежни на плечах, локтях, предплечьях, бедрах, лодыжках и ягодицах.

**Какие факторы риска приводят к образованию пролежней?**

* Прикованность к кровати или креслу и неспособность пациента самостоятельно передвигаться.
* Отсутствие чувствительности в различных частях тела (или во всем теле).
* Отсутствие контроля над испражнениями (кал и моча), приводящим к постоянной влажности и повреждениям кожи.
* Неполноценное питание, нехватка нутриентов, таких как: белок, жиры, углеводы, минералы и витамины, а также недостаток жидкости (дегидрация). Нехватка этих компонентов делает кожу уязвимой и чувствительной и, кроме того, повреждает иммунный ответ организма. Признаки, которые могут отражать проблемы с питанием, включают: быструю потерю веса, отсутствие аппетита или употребление небольшого количества пищи, низкий уровень альбумина и / или гемоглобина в крови.
* Ментальная дисфункция.

**Способы профилактики пролежней:**

**Ежедневный осмотр кожи:**

Осмотр должен фокусироваться на тех участках тела , где слой мягких тканей между костью и кожей тонкий Такая проверка поможет вам обнаружить такие изменения на коже, как: покраснение, потертость, появление волдырей и сыпь .

**Уход за кожей:**

Очень важно ухаживать за кожей, следить, чтобы она оставалась сухой и чистой от следов испражнений и пота. Но также важно не допускать пересыхание кожи, с помощью нанесения специальных увлажняющих средств. Такие средства нужно применять во время ежедневных водных процедур, и после них. Увлажнение кожи позволяет предотвратить ее пересыхание и появление трещин.

**Смена позы**

Необходимо менять положение тела каждые два часа. Инструктаж об этом будет произведен медперсоналом отделения. В соответствии с возможностями и ограничениями пациента, следует поощрять его двигаться самостоятельно.

**Уменьшение и предотвращение пролежней помогут достигнуть:**

* Специальный матрас для профилактики пролежней
* Костыли, служащие поддержкой в различных позах.
* Сухое постельное белье, «дышащее» (из хлопка) и туго натянутое.
* Удобная одежда с отсутствие аксессуаров, способных привести к пролежням (пуговицы, молнии).
* Правильное использование эластичного бинта.

**Правильная поза**

**Лежа:**

В положении лежа важно, чтобы наклон изголовья кровати был не более 300, за исключением промежутков для приема пищи, или других потребностей (важно, чтобы это не занимало более часа). Увеличение угла больше чем 300 приводит к растяжению и натиранию кожи, «преломлению» целостности кожи.

**Сидя в кресле:** необходимо обеспечить поддержку всем частям тела, чтобы поза была устойчивой, и не позволяла скольжение тела и трение кожи. Специальная подушка для сиденья должна быть индивидуально настроена (Важно! Запрещено использовать подушку , похожую на бублик). Если пациент не может двигаться самостоятельно, необходимо ограничить время нахождения в сидячей позе до двух часов. Важно поощрять пациента, в зависимости от его состояния и возможностей, двигаться из стороны в сторону или вставать каждые 30 минут.

**Питание и питье**

Следует принимать калорийную пищу, богатую белком, а также избегать обезвоживания. Подбор подходящей диеты производится клиническим диетологом, после осмотра пациента и оценки общего состояния и пищевой потребности.

**Может ли пролежень зажить, и что нужно делать, чтобы ускорить процесс?**

Пролежень может пройти, но иногда речь идет о длительном процессе, требующем лечение у многопрофильного персонала (к примеру: медсестра-специалист по пролежням, дерматолог, пластический хирург, диетолог и т.д.), при участии родственников и самого пациента. Очень важно, чтобы пациент и/или его близкие сообщили врачу или медсестре все необходимые медицинские данные, такие как история болезни, перенесенные заболевания, принимаемые лекарства, а также информацию о том, кто сможет оказывать уход пациенту после выписки.

**Что включает в себя лечение пролежней?**

Лечение пролежней фокусируется на выполнении всех предписаний, направленных на предотвращение появления пролежней, которые были описаны выше, например: смена положения каждые два часа, профилактика и соблюдение правильного режима питания. В зависимости от состояния пролежня, возможно назначение местных препаратов и процедур, таких как промывание и перевязка раны.

**О каких симптомах необходимо сообщить лечащему персоналу?**

При появлении одного или более симптомов необходимо немедленно обратиться к медперсоналу:

**Признаки появления нового пролежня:** покраснение, натертость или волдыри.

**Боль**: если пациент ощущает постоянную боль в области пролежня и / или боль во время лечения раны, важно сообщить об этом лечащему врачу и медсестре, чтобы они могли назначить обезболивающие препараты. Избавление от боли улучшает качество жизни пациента и помогает в лечении .

**Признаки попадания инфекции в рану:** если не производится немедленное лечение пролежня при его первичном проявлении, есть риск, что состояние ухудшится, и это приведет к дополнительным неудобствам, боли, инфекции и / или другим осложнениям.

**Что делать, если пролежень не заживает?**

В большинстве случаев пролежень хорошо поддается консервативному лечению, описаному выше. Глубокие и большие пролежни могут быть опасны для жизни, поэтому иногда требуется более сложное лечение, такое как операция по удалению отмерших тканей.

**Где можно получить помощь по профилактике и лечению пролежней?**

Поликлиника для лечения тяжелых и трудно поддающихся лечению ран : 02-58421111 (телефон для заказа очереди)

По вторникам с 9:00 до 13:00

В филиалах «Яд Сара» - филиалы организации также находятся на территории корпусов «Хадассы»

**Эйн Карем:** 02-6776260

По воскресеньям:10:00-13:00, с понедельника по четверг: 11:00-24:00

**Хар ХаЦофим:** 02-5844485

С воскресения по четверг: 10:00-13:30

**Имеет ли пациент с пролежнями особые социальные льготы?**

 Пациент с пролежнями 3-его уровня или выше определяется как «сложный пациент, требующий особого ухода», и больничная касса отвечает за финансирование госпитализации. Пациент и его семья обычно должны оплачивать часть суммы за госпитализацию в доме престарелых. Чтобы подробно узнать о полагающихся социальных правах, свяжитесь с социальным работником в отделении, обратившись к старшей медсестре или медсестре, ответственной за смену в отделении.

**Важные телефоны для связи:**

**1.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**2.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

![j0344870[1]]()

**Скорейшего выздоровления!**

.