

Opieka nad pacjentem leżącym



Opiekunowie osoby obłożnie chorej pozostającej w domu zmagają się z wieloma wyzwaniami pielęgnacyjnymi. Jednym z podstawowych zagadnień są zasady dbałości o skórę.

W trakcie opieki pojawiają się różne problemy skórne wynikające z unieruchomienia chorego. Dlatego bardzo ważna jest obserwacja wyglądu i zabarwienia skóry pacjenta.

Odleżyny często są zaskoczeniem dla opiekunów, ponieważ może dojść do ich powstania nawet w ciągu kilku godzin pomimo dobrze prowadzonej pielęgnacji. Już niewielkie podrażnienie skóry w miejscu narażonym na ucisk, tarcie lub wilgoć może przyczynić się do powstania odleżyny I stopnia, której objawem jest zaczerwienienie skóry.

Świadomość zagrożenia i możliwość szybkiego działania może uratować pacjenta przed bólem, trudno gojącymi się ranami oraz długotrwałym i kosztownym leczeniem.

Odleżyna to następstwo niedokrwienia i niedotlenienia określonej partii ciała chorego, czego skutkiem jest początkowo zaczerwienienie, a w dalszym etapie uszkodzenie skóry i powstanie rany.

Miejsca szczególnie narażone na występowanie odleżyn:

- kość krzyżowa,
- pięty,
- biodra (krętarze),
- potylicy,
- małżowiny uszne,
- łopatki,
- łokcie.



Co predysponuje do powstania odleżyn?

1. Wiek – skóra z wiekiem pozbawiona jest elastyczności, jest podatna na uszkodzenia. Słabsze są mechanizmy regenerujące naskórek.

2. Unieruchomienie – im dłużej chory pozostaje w łóżku, tym większe jest ryzyko powstania odleżyn.

3. Niedożywienie, odwodnienie – chorzy często cierpią na brak apetytu i pragnienia. Ich posiłki nie zaspokajają potrzeb organizmu. Zmniejsza się poziom białka, co ma ogromny wpływ na tworzenie się ran. Brak łaknienia i pragnienia powodują, że skóra jest bardzo sucha (pergaminowa, cienka), szybko dochodzi do jej uszkodzenia.

4. Choroby współistniejące – osoba wymagająca opieki bywa obciążona wieloma chorobami, mającymi duży wpływ na powstawanie odleżyn. Rany trudniej się goją, szczególnie w takich chorobach jak: cukrzyca, nowotwory, czy demencja.

5. Nieprawidłowa pielęgnacja lub jej brak.



Zapobieganie odleżynom

1. Prawidłowa toaleta ciała:

- codzienne mycie ciała,
- dokładne osuszanie (poprzez dotyk), tak aby nie uszkodzić skóry pacjenta,
- zwrócenie szczególnej uwagi na okolice intymne – mycie po każdym wypróżnieniu i przy zmianie pampersa,
- nawilżanie i natłuszczenie skóry (kremy nawilżające, oliwka).

2. Regularna zmiana pozycji chorego:

- co 2-3 godziny układanie chorego raz na jednym boku, raz na plecach i na drugim boku,
- w pozycji na boku, pod plecy należy położyć wałek zapobiegający powrotowi pacjenta do pozycji na wznak,
- pomiędzy kolana i kostki włożyć małą poduszkę lub koc, który oddzieli od siebie części kostne, na których szybko dochodzi do zaczerwienień,
- pod plecy i pośladki chorego należy podłożyć podkład, za pomocą którego łatwiej będzie zmienić mu pozycję,
- bardzo ważne jest, aby bielizna pacjenta i pościel nie miały zagnieceń i fałd,
- prześcieradło należy z obu stron dokładnie naciągnąć i wygładzić,
- w przypadku obrzęku nóg zaleca się wysokie ułożenie obu kończyn, tzn. pod kolana i stopy należy podłożyć koc lub dużą poduszkę, aby unieść je do poziomu serca,
- 2 razy dziennie przy zmianie pozycji dobrze jest natrzeć plecy, pośladki, biodra i pięty płynem PC30V.

3. Pacjent

powinien leżeć na łóżku rehabilitacyjnym, które można dostosować do jego potrzeb. Bardzo ważnym elementem jest materac przeciwoleżynowy, który układa się bezpośrednio na materac gąbkowy.

4. Odżywianie:

- chorzy, nie mający apetytu, powinni mieć uzupełniane składniki pokarmowe gotowymi preparatami (nutridrinki). Preparat 200 ml zawiera około połowy dziennego zapotrzebowania na składniki odżywcze,
- pacjent powinien dziennie wypijać około 1500ml płynów (woda, soki, napary z ziół).



Co robić gdy pojawi się odleżyna ?

Jeśli u pacjenta pojawiło się zaczerwienienie, które znika po zmianie pozycji ciała chorego, należy to miejsce delikatnie masować z zastosowaniem płynu PC30V lub położyć cienką warstwę Sudocremu. Powoduje to lepsze ukrwienie skóry.

Bardzo ważne jest, aby wyeliminować ucisk tego miejsca. Jeżeli działania nie przynoszą efektu i zaczerwienienie utrzymuje się to jest to odleżyna I stopnia, należy wtedy skorzystać z profesjonalnej pomocy.

Autorki: pielęgniarki Sławomira Drozd-Korowaj, Agata Sacharewicz