



SPECIJALNA BOLNICA ZA MEDICINSKU
REHABILITACIJU KRAPINSKE TOPLICE
Gajeva 2, 49217 Krapinske Toplice
Tel.: 049 383 100
Faks: 049 232 140
E – mail: info@sbkt.hr
www.sbkt.hr

UPUTA O PREVENCIJI DEKUBITALNOG ULKUSA

Poštovani pacijenti,

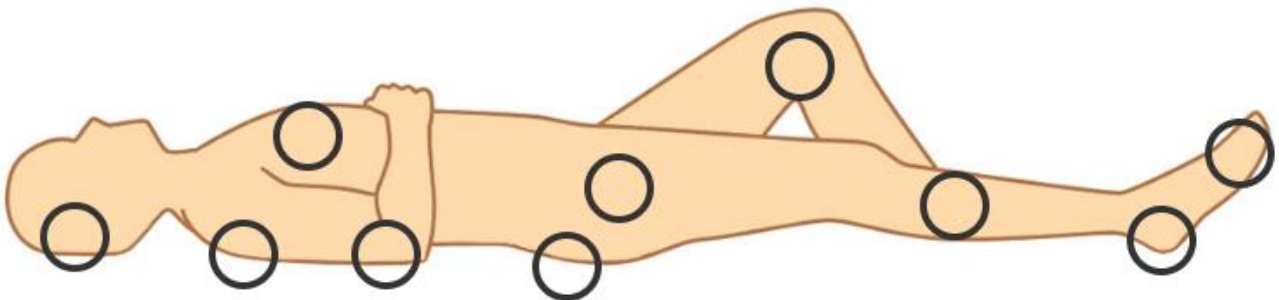
Tijekom boravka u Specijalnoj bolnici za medicinsku rehabilitaciju Krapinske Toplice, želimo Vam osigurati nekoliko osnovnih informacija o prevenciji oštećenja kože koje nastaje uslijed dugotrajnog ležanja.



Što je dekubitalni ulkus?

Dekubitalni ulkus, dekubitus ili rana od dugotrajnog ležanja je lokalizirano oštećenje kože uzrokovana dugotrajnim pritiskom na podlogu. Crvenilo kože koje ne blijedi na pritisak ruke je prvi stadij dekubitusa. Oštećenje kože može se proširiti i na potkožno tkivo, mišiće pa sve do kosti.

Koji dijelovi tijela su rizični za nastanak dekubitalnog ulkusa?



Kako možete sami spriječiti nastanak dekubitalnog ulkusa?

- ✓ Svakodnevno promatrajte kožu s osvrtnom na rizična mjesta.
- ✓ Za kupanje koristite sredstva koja ne isušuju kožu.
- ✓ Nakon kupanja važno je kožu dobro posušiti, ali izbjegavajte trljajuće pokrete.





- ✓ Suhi i osjetljivu kožu zaštitite hranjivim kremama i losionima.
- ✓ Izbjegavajte izlaganje kože vlazi pomoću odgovarajućih proizvoda (upotreba pelena).
- ✓ Uzimajte dovoljno tekućine ukoliko vam medicinsko osoblje ne savjetuje drugačije.
- ✓ Uzimajte dovoljan kalorijski unos hrane (pojedite više od polovice ponuđenih redovnih obroka).
- ✓ Pothranjene osobe trebaju dodatno u dogovoru sa medicinskom sestrom i liječnikom uzimati hranu bogatu bjelančevinama, dodatke prehrani i propisane vitamine.
- ✓ Preporučuje se što ranije ustajanje iz kreveta i aktivnost (ukoliko to dozvoljava vaše trenutno stanje - slijedite upute medicinske sestre, liječnika ili fizioterapeuta).
- ✓ Učestalije mijenjajte položaj u krevetu u svrhu smanjenja pritiska na određeni dio tijela (svakih 1-2 h).
- ✓ Pokušajte naći udoban položaj.
- ✓ Pri promjeni položaja izbjegavajte trenje i razvlačenje kože.
- ✓ Koristite pomagala za rasterećenje pritiska i zaštitu kože (madraci, jastuci, koluti, obloge za zaštitu kože).
- ✓ Preporuča se da je uzglavlje kreveta u nižoj poziciji kako bi se spriječilo isklizavanje.



Za članove obitelji

- ✓ **Upoznajte se s mjerama za sprečavanje dekubitusa.**
- ✓ **Pregledavajte kožu Vašeg člana obitelji s osvrtom na rizična mjesta.**
- ✓ **Obavijestite nas o oštećenjima kože ukoliko ste ih uočili kod pacijenta.**
- ✓ **Potaknite pacijenta na promjenu položaja i aktivnost ukoliko to njegovo stanje dozvoljava.**
- ✓ **Koristite dostupna pomagala za rasterećenje pritiska i zaštitu kože.**

Ako imate bilo kakvih pitanja u vezi prevencije dekubitalnog ulkusa, obratite se medicinskoj sestri i liječniku na odjelu.

Želimo Vam ugodan boravak u našoj Bolnici