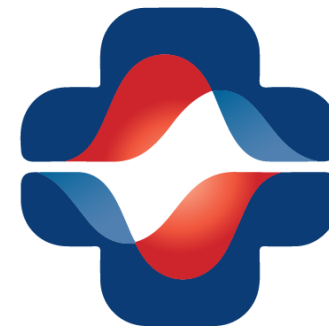


ESF projekt UP.03.3.1.04.0020
REGIONALNI CENTAR KOMPETENTNOSTI MLINARSKA

Program usavršavanja vještina iz njege starijih i nemoćnih osoba nakon stečene
kvalifikacije njegovatelj/negovateljica TES



Regionalni centar
kompetentnosti
Mlinarska

Tema:
Njega kože, sprječavanje komplikacija dugog ležanja

Marija El Aklouk

Škola za medicinske sestre Mlinarska, Zagreb



Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda.

Ishodi učenja programa

Po završetku programa sudionici moći će:

- Nabrojiti mjesta nastanka dekubitusa.
- Opisati mjere sprječavanja dekubitusa.
- Nabrojiti mjere za sprječavanje kontraktura.



Regionalni centar
kompetentnosti
Mlinarska

Sadržaj programa

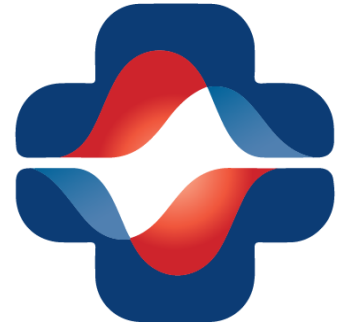
1. Definicija dekubitusa
2. Mjesta nastanka dekubitusa
3. Postupci sprječavanja dekubitusa
4. Antidekubitusna pomagala
5. Sprječavanje kontraktura u nepokretnih štićenika



Regionalni centar
kompetentnosti
Mlinarska

Uvod

- Dekubitus → ograničeno oštećenje kože i/ili potkožnog tkiva zbog dugotrajnog mirovanja.
- Najčešće nastaje zbog dugotrajnog pritiska na pojedine dijelove tijela te otežanog protoka krvi.
- Kontraktura → ograničena gibljivost zgloba u svim ili samo nekim smjerovima.
- Može biti prirođena, a u starijoj dobi najčešće nastaje zbog dugotrajnog mirovanja.



Regionalni centar
kompetentnosti
Mlinarska

Čimbenici koji dovode do nastanka dekubitusa

- **Unutarnji**

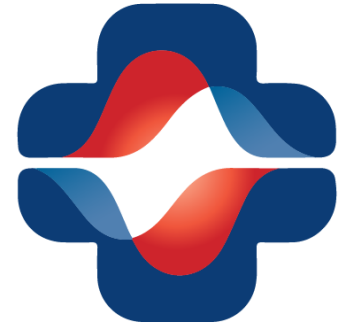


bolesti cirkulacije, metabolizma i prehrane, zloćudne bolesti

- **Vanjski**

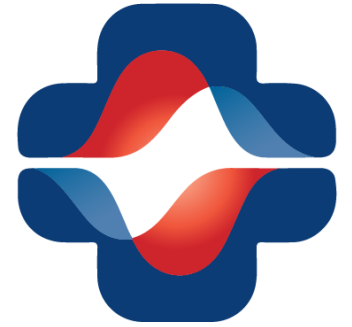
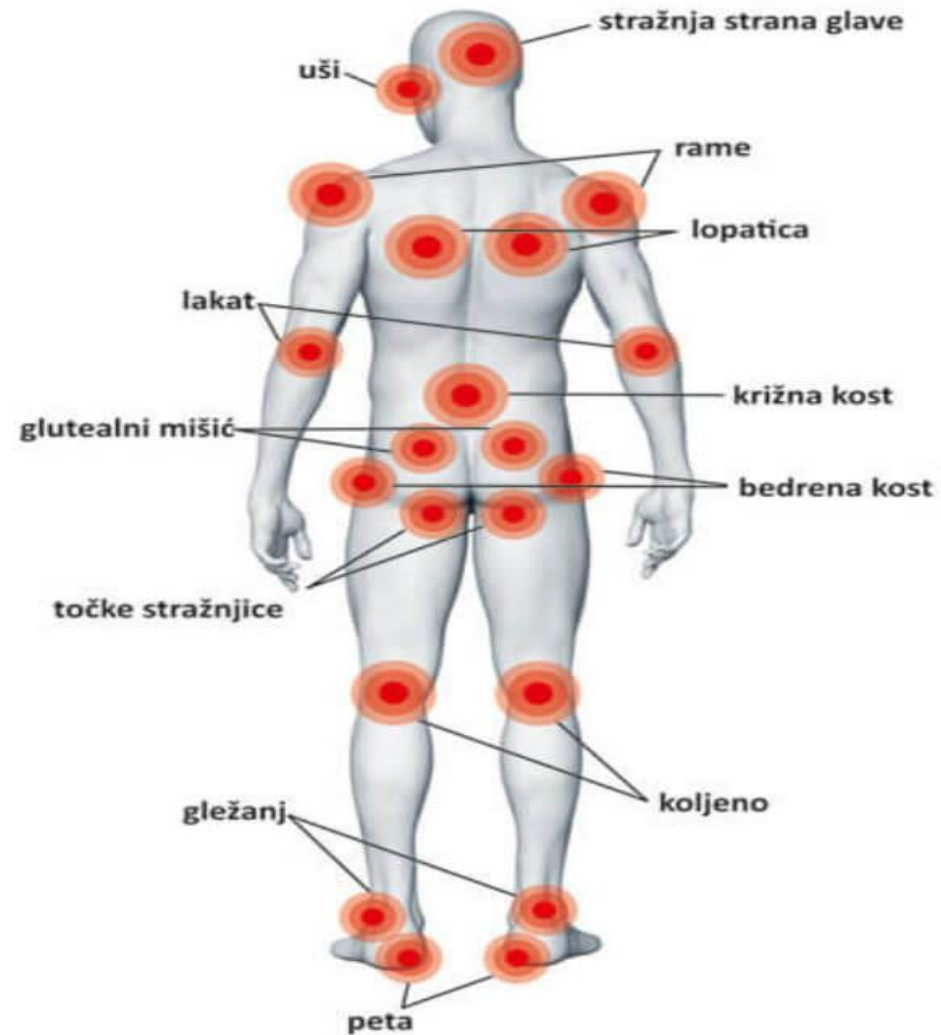


nabori na posteljnem rublju, nečista i vlažna koža, neudoban krevet, sredstva za imobilizaciju

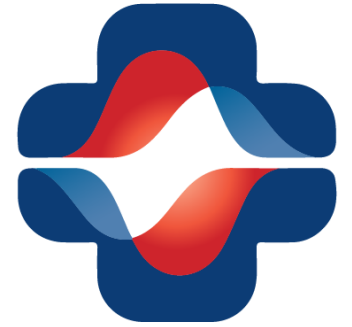


Regionalni centar
kompetentnosti
Mlinarska

Najčešća mjesta nastanka dekubitusa



Regionalni centar
kompetentnosti
Mlinarska



Regionalni centar
kompetentnosti
Mlinarska

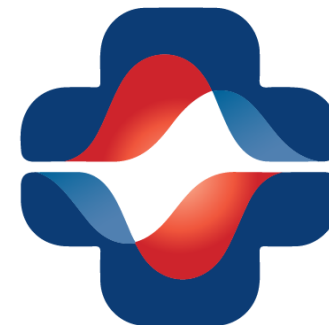
Dekubitus nastaje na mjestima gdje su kosti slabije prekrivene potkožnim tkivom, a ovisi i o položaju u kojem štićenik dugo leži.

- **Na leđima:** predio zatiljne kosti, lopatica, laktovi, križa, trtica, pete
- **Na boku:** predio uške, ramena, vanjska strana lakta, kuka, vanjska strana koljena i gležnja
- **Na trbuhu:** predio prsne kosti, rebra, prednji dio crijevnih kosti, koljena, unutarnji dio gležnja, gornja strana stopala

Za negovatelja je važno poznavanje mjesta nastanka dekubitusa kako bi za vrijeme provođenja njege obratili pažnju i dobro promotrili te uočili eventualne promjene i o njima obavijestili medicinsku sestru

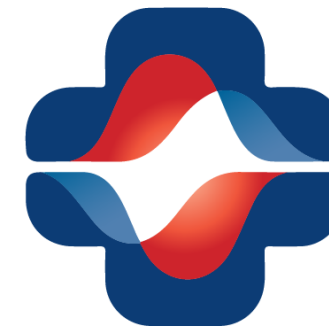
Spomenute promjene dešavaju se određenim redoslijedom:

- crvenilo kože
- oštećenje kože i potkožnog tkiva
- oštećenje mišića
- dublje oštećenje, sve do kosti ili zglobova



Regionalni centar
kompetentnosti
Mlinarska

Četiri stupnja dekubitusa

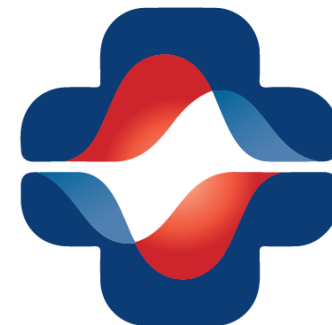


Regionalni centar
kompetentnosti
Mlinarska



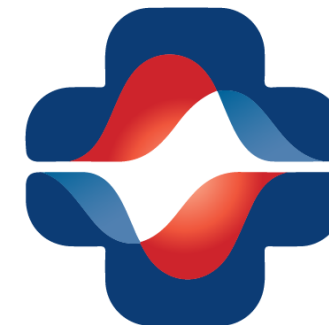
Postupci sprječavanja dekubitusa

- svakodnevno kupanje i pranje
- masiranje ugroženih mjesta hranjivom kremom/losionom
- pranje kože nakon svake velike nužde
- redovito presvlačenje osobnog i postelnog rublja koje mora biti mekano suho i bez nabora
- promjena položaja tijela svaka dva sata
- pravilna prehrana štićenika (dovoljan unos tekućine i bjelančevina)
- korištenje antidekubitusnih pomagala



Regionalni centar
kompetentnosti
Mlinarska

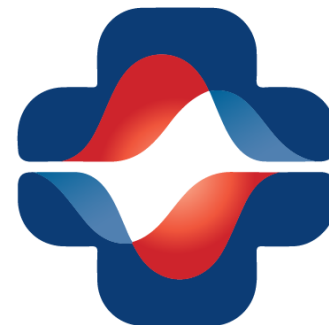
Antidekubitusna pomagala



Regionalni centar
kompetentnosti
Mlinarska

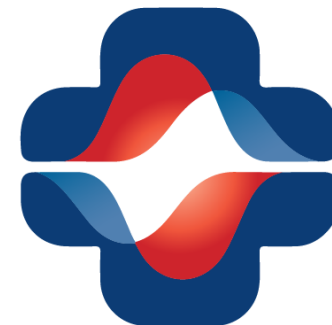


- Korištenjem antidekubitivskih pomagala (antidekubitivski madrac, zračni jastuk, kolutovi od vate i gaze) smanjuje se pritisak na tijelo štićenika.
- Provođenjem postupaka za sprječavanje dekubitusa, mogu se u potpunosti ili djelomično smanjiti **vanjski** čimbenici za razvoj dekubitusa.



Regionalni centar
kompetentnosti
Mlinarska

Kontraktura



Regionalni centar
kompetentnosti
Mlinarska

Sprječavanje kontraktura nepokretnih štićenika

- Staviti štićenika u položaj na leđa, ruke i noge su u fiziološkom (prirodnom) položaju
- Nadlaktice lagano odmaknuti od tijela, podlaktice ispružiti
- Šake otvoriti, prste ispružiti i razmaknuti
- Natkoljenice lagano razmaknuti, potkoljenice ispružiti, stopalo staviti u srednji položaj



Regionalni centar
kompetentnosti
Mlinarska

- Koristiti pomagala za fiksiranje položaja (jastuci, potporanj za noge, nagib kreveta)
- Provoditi pasivne i aktivne vježbe uz pomoć medicinske sestre ili fizioterapeuta
- Redovna promjena položaja štićenika (svaka 2 sata)



Regionalni centar
kompetentnosti
Mlinarska

Ponovimo!

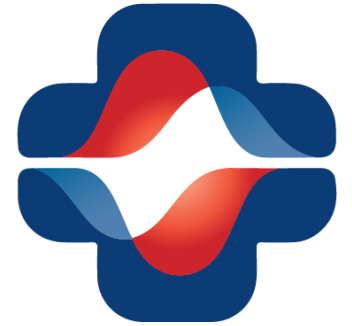
1. Nabroji mjesta nastanka dekubitusa.
2. Koliko često treba mijenjati položaj štićenika da ne dođe do dekubitusa?
3. Zašto je važno održavanje osobne higijene i higijene kreveta u sprječavanju dekubitusa?
4. Prilikom kupanja štićenika uočio/la si lagano crvenilo na gluteusu. Što ćeš poduzeti?
5. Nabroji postupke sprječavanja kontraktura u nepokretnih štićenika.



Regionalni centar
kompetentnosti
Mlinarska

Literatura

- Lončar V, Vinduška Jeftić I. Profesionalna komunikacija u sestriinstvu, Udžbenik za treći razred medicinske škole za zanimanje medicinska sestra opće njege/medicinski tehničar opće njege. Medicinska naklada; Zagreb 2019.
- Maretić M, Filipušić I, Vidoša A. Zdravstvena njega- opća, Udžbenik za treći razred medicinske škole za zanimanje medicinska sestra opće njege/ medicinski tehničar opće njege. Medicinska naklada; Zagreb 2021.
- Kozina M, Lukšić-Puljak M. Zdravstvena njega starijih osoba, Udžbenik za zanimanje medicinska sestra opće njege/ medicinski tehničar opće njege. Školska knjiga;Zagreb 2019.
- Prlić N. Zdravstvena njega – opća,Udžbenik za treći razred medicinske škole za zanimanje medicinska sestra opće njege/medicinski tehničar opće njege. Školska knjiga; Zagreb 2014.



Regionalni centar
kompetentnosti
Mlinarska