

Profilaktyka odleżyn u dzieci

Informacje dla rodziców i opiekunów



Celem tej broszury jest przekazanie rodzicom, opiekunom i dzieciom informacji na temat odleżyn, sposobu ich powstawania oraz kroków, jakie można podjąć, aby im zapobiec.

Czasami mogą zaistnieć ważne przyczyny, dla których leczenie dziecka będzie różnić się od opisanego w tej broszurce, i należy omówić to ze swoją pielęgniarką. Niezwykle ważne jest to, abyście ty i twoje dziecko (w miarę możliwości) zaangażowali się w pielęgnację odleżyn i wspólnie uczestniczyli w podejmowaniu decyzji dotyczących ich profilaktyki i leczenia. Taka partnerska współpraca przy pielęgnacji będzie skutkować lepszymi efektami u dziecka.



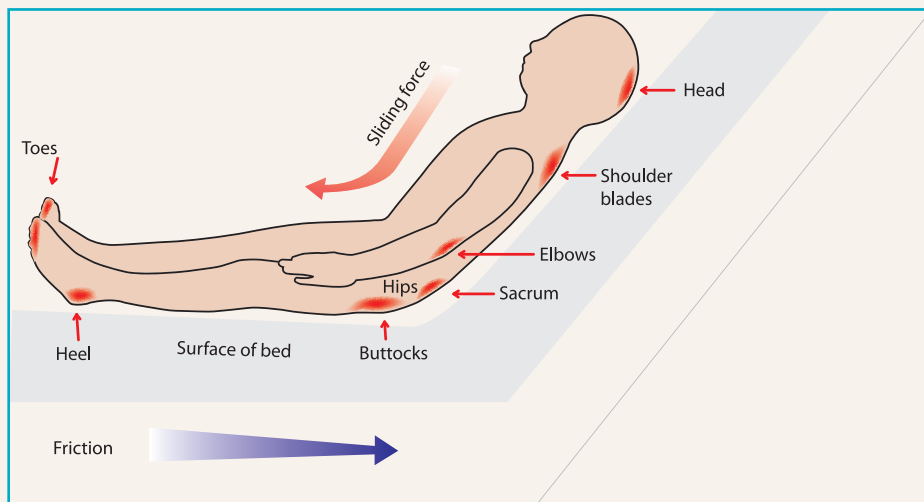
Czym są odleżyny?

Odeżyny to obrażenia, które powstają na skórze lub w tkankach podskórnych, kiedy brak jest dopływu krwi do danych obszarów, a tkanka zostaje pozbawiona tlenu i składników odżywczych. Odleżyny mogą powstać z różnych powodów, zwłaszcza jeśli dziecko jest chore. Mogą być bardzo bolesne i prowadzić do dalszych powikłań. Odleżyny mogą powstać z następujących powodów:

- **Ucisk** – ma miejsce wtedy, gdy ciężar ciała lub jakiegokolwiek przedmiot bądź element wyposażenia – na przykład wózek inwalidzki, cewnik moczowy, gastrostomia / zgłębnik nosowo-żołądkowy, szyna, gorset usztywniający ciało, wkłucie dożylnie, sonda saturacyjna czy opatrunek gipsowy – powoduje ucisk na skórę.
- **Ścieranie i tarcie** – występuje wówczas, gdy skóra dziecka wielokrotnie jest przeciągana lub ociera się o powierzchnię, na przykład o materac, pościel lub inny wymieniony wyżej sprzęt. Dochodzi do tego, kiedy dziecko zsuwa się na łóżku lub z wózka albo wskutek nieprawidłowego przemieszczania się dziecka i obchodzenia się z nim.
- **Wilgoć** – również może zwiększyć prawdopodobieństwo powstania obolałego obszaru.
- **Wcześniejsze obrażenia** – jeśli dziecko w przeszłości miało już odleżynę, skóra będzie podatna na dalsze uszkodzenia.

Jak wyglądają odleżyny?

Pierwszą oznaką powstawania odleżyny jest zazwyczaj odbarwienie skóry. Obszar skóry może wyglądać na nieco zaczerwieniony lub posiniaczony. Stan ten może się stopniowo pogarszać, a ostatecznie doprowadzić do powstania otwartej rany. Odleżyny najczęściej pojawiają się w okolicy wypukłości kostnych (tam, gdzie kości znajdują się blisko skóry), na przykład z tyłu głowy, w miejscach osłoniętych pieluchami / na pośladkach, u podstawy kręgosłupa, na uszach, grzbiecie nosa, na piętach i łokciach.



Jakie są sygnały ostrzegawcze?

- czerwone plamy u dzieci o jasnej karnacji;
- fioletowe / sine plamy u dzieci o ciemnej karnacji;
- skóra może być gorąca, twarda lub miękka i (lub) może wydawać się błyszcząca;
- mogą tworzyć się pęcherze lub pęknięcia;
- twarde lub opuchnięte obszary, które mogą być bolesne.

Dlaczego dziecko jest narażone na odleżyny?

Odleżyny mogą powstać u każdego dziecka, ale niektóre dzieci bardziej niż inne są podatne na ich wystąpienie.

Są to na przykład dzieci, które:

- są ograniczone ruchowo; jeśli na przykład dziecko jest chore i przez dłuższy czas musi pozostać w łóżku, na fotelu lub wózku inwalidzkim, lub jeśli jego choroba czy stan zdrowia utrudniają mu zmianę pozycji bez pomocy innej osoby;
- korzystają ze sprzętu, który może ograniczać ruch bądź powodować ucisk i (lub) tarcie, na przykład wózek inwalidzki, cewnik moczowy, rurka gastrostomijna, szyna, gorset usztywniający ciało, opatrunek gipsowy, sonda saturacyjna, maska na twarz, wenflon (do dożylnego podawania leków);
- stosują nieodpowiednią dietę i piją niewystarczającą ilość wody;
- mają niedowagę lub nadwagę, ponieważ może to wpływać na mobilność dziecka i stan jego skóry, która łatwiej ulega uszkodzeniom;
- mają problemy z krążeniem lub oddychaniem, które oddziałują na przepływ krwi;
- są narażone na zwiększoną wilgotność z powodu nietrzymania moczu lub pocenia się, co skutkuje odparzeniami;
- w przeszłości miały odleżyny;
- są poważnie chore lub przechodzą operację;
- mają uszkodzony rdzeń kręgowy i (lub) nie odczuwają bólu w danej części ciała lub w całym ciele;
- obecnie mają odleżyny;
- przez długi czas mają wysoką temperaturę.

Co możesz zrobić

Jako rodzic / opiekun odgrywasz niezwykle ważną rolę, pomagając w pielęgnacji skóry dziecka. Pracownik służby zdrowia powinien udzielić porady, w jaki sposób najlepiej zmniejszyć lub złagodzić ucisk na tych obszarach skóry, które są podatne na odleżyny.

Porada taka powinna obejmować następujące informacje:

- prawidłowe pozycje siedzące i leżące;
- jak pomagać dziecku osiągnąć dane pozycje siedzące i leżące;
- jak często dziecko powinno się poruszać lub mieć zmienioną pozycję na łóżku lub wózku;
- podparcie stóp dziecka;
- utrzymanie prawidłowej postawy;
- jakiego sprzętu należy używać i jak z niego korzystać.

Oto istotne czynności, które możesz podjąć:

Skóra

Codziennie sprawdzaj skórę dziecka – kiedy myjesz i ubierasz dziecko, przyjrzyj się uważnie jego skórze pod kątem objawów wskazujących na powstawanie odleżyn, a wszelkie niepokojące kwestie **bezwłocznie** zgłaszaj pracownikowi służby zdrowia. Ważne jest wczesne wykrycie objawów, ponieważ dzięki temu można podjąć kroki zapobiegające rozwojowi odleżyn.

Powierzchnie

Porozmawiaj z pracownikiem służby zdrowia opiekującym się twoim dzieckiem o specjalistycznych materacach i urządzeniach. Osoba ta udzieli ci informacji o konkretnych korzyściach i zagrożeniach związanych z korzystaniem z takiego sprzętu, a także zdecyduje, czy dziecko go potrzebuje.

Ruch

Zapewnij dziecku ruch poprzez jak najczęstsze przemieszczanie dziecka i zmienianie jego pozycji. Zachęcanie dziecka i (lub) pomaganie mu w jak najczęstszych zmianach pozycji pomoże zmniejszyć ucisk na kościste części ciała. Dzieci korzystające z wózków inwalidzkich muszą często poruszać się na siedzisku, aby zmniejszyć ucisk na pośladki. Jeśli dziecko ma już odleżynę, dopilnuj, żeby nie leżało ani nie siedziało na owrzodzeniu, ponieważ może to pogorszyć jego stan.

Unikaj ucisku i tarcia – zadbaj o to, żeby dziecko nie leżało na żadnych rurkach, przewodach ani na innych urządzeniach. Dopilnuj, aby pościel dziecka nie miała zagnieceń, które mogą powodować otarcia. Do zmiany pozycji starszych dzieci zawsze korzystaj z maty ślizgowej – ważne jest unikanie przeciągania dziecka podczas przemieszczania. Jeśli dziecko nosi opatrunek gipsowy, szynę lub gorset usztywniający ciało itp., w razie jakichkolwiek obaw natychmiast skontaktuj się z pracownikiem służby zdrowia.

Regularnie sprawdzaj sprzęt – dopilnuj, aby wózki inwalidzkie, poduszki i szyny były odpowiednio dopasowane przez terapeutę zajęciowego i fizjoterapeutę dziecka, a w razie potrzeby jak najszybciej zgłaszaj im wszelkie problemy ze sprzętem.

Inkontynencja

Zadbaj o to, żeby skóra dziecka była czysta i sucha – umyj i osusz skórę, gdy tylko dojdzie do zabrudzenia. Kiedy osuszasz skórę dziecka, delikatnie ją poklepuj, a nie pocieraj. Regularnie nawilżaj suchą skórę. Aby chronić skórę dziecka przed działaniem moczu, kału, potu lub ropnej wydzieliny z rany, zaleca się stosowanie kremu lub sprayu ochronnego. Należy go nakładać bardzo delikatnie.

Odżywianie

Dopilnuj, żeby dziecko prawidłowo się odżywiało i piło – pomóż mu stosować zbilansowaną dietę z dużą ilością świeżych owoców, warzyw i pokarmów bogatych w białko (np. mięso, ryby, jajka, ser i produkty mleczne), a w razie żywienia dojelitowego zapewnij pokarm i wodę zgodnie z zaleceniami dietetyka. Zachęcaj dziecko do picia odpowiedniej ilości płynów, zwłaszcza wody, tak aby jego skóra była miękka i elastyczna.



Praktyczne wskazówki i porady

Co należy robić:

- często zmieniaj pozycję dziecka, które leży w łóżku lub siedzi na wózku – dopilnuj, żeby nie przebywało w jednej pozycji przez dłuższy czas;
- dbaj o skórę dziecka – utrzymuj ją w czystości, bez nadmiaru wilgoci;
- zachęcaj dziecko do stosowania zdrowej, zbilansowanej diety;
- używaj sprzętu zgodnie z zaleceniami pracownika służby zdrowia;
- sprawdzaj skórę dziecka pod kątem czerwonych śladów czy ciemnofioletowych obszarów i jak najszybciej zgłaszaj ich pojawienie się.

Czego nie należy robić:

- nie pozwól dziecku siedzieć na gumowej poduszce w kształcie pierścienia (może powodować pogorszenie obrażeń);
- nie masuj ani nie pocieraj obszarów ucisku;
- nie przeciągaj dziecka po wilgotnej czy pogniecionej pościeli;
- nie używaj owczej skóry do łagodzenia ucisku;
- nie dopuść do tego, aby podkłady na nietrzymanie moczu marszczyły się pod dzieckiem – jeśli możesz, unikaj ich stosowania;
- nie próbuj samodzielnie leczyć odleżyn – zwróć się o pomoc do pielęgniarki i (lub) specjalisty w profilaktyce i pielęgnacji odleżyn.

Jeśli masz jakiegokolwiek pytania lub wątpliwości dotyczące skóry dziecka albo chcesz uzyskać więcej informacji, porozmawiaj z członkiem personelu pielęgniarskiego opiekującego się dzieckiem w szpitalu lub w domu.

Niniejszą broszurę opracowano na podstawie najnowszej broszury NICE pt. „Odleżyny – profilaktyka, leczenie i opieka” (Pressure Ulcers – prevention, treatment and care) oraz materiałów lokalnego Funduszu Zdrowia i Opieki Społecznej na temat profilaktyki odleżyn.

Więcej szczegółowych informacji można znaleźć na następujących witrynach:

- Odleżyny – zapobieganie i leczenie
www.nice.org.uk/guidance/cg179
- Profilaktyka odleżyn: Krótki poradnik
www.pha.site/hDfT
- Rola odżywiania w profilaktyce i leczeniu odleżyn: Raport krajowej komisji doradczej ds. odleżyn (National Pressure Ulcer Advisory Panel White Paper)
www.pha.site/journals-lww-com
- Your Turn
www.your-turn.org.uk oraz materiały PHA na stronie www.publichealth.hscni.net



Public Health Agency

12-22 Linenhall Street, Belfast BT2 8BS.

Tel: 0300 555 0114 (local rate).

www.publichealth.hscni.net

Find us on:

