

Prevenca tlakovýchvredov u detí

Informácie pre rodičov a opatrovateľov



Tento leták poskytuje rodičom, opatrovateľom a deťom informácie o tlakových vredoch, o tom, ako sa tvoria a aké kroky môžete urobiť, aby ste im predišli. Príležitostne môžu existovať dobré dôvody, prečo je liečba vášho dieťaťa iná ako tá, ktorá je uvedená v tomto letáku. Porozprávajte sa o tom so zdravotníckym pracovníkom.

Je nevyhnutné, aby ste vy, a vaše dieťa (ak je toho schopné) boli zapojení do starostlivosti, a aby ste sa obaja podieľali na rozhodnutiach, ktoré sa týkajú prevencie a manažmentu tlakových vredov. Toto partnerstvo v starostlivosti vedie k lepším výsledkom u vášho dieťaťa.



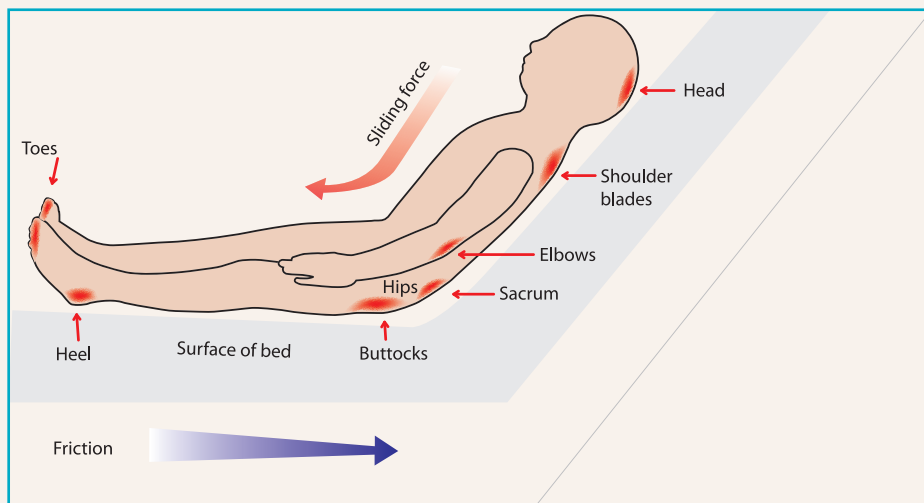
Čo je tlakový vred?

Tlakový vred je poškodenie, ktoré sa vyskytuje na koži a v podkožných tkanivách, keď je prívod krvi do tohto miesta zastavený a tkanivu chýbajú kyslík a živiny. Tlakový vred môže vzniknúť z rôznych príčin, hlavne keď je dieťa choré. Môže byť veľmi bolestivý a viesť k ďalším komplikáciám. Tlakový vred môže byť spôsobený:

- **tlakom** – k tomu dôjde, keď váha tela tlačí na kožu alebo na nejaký predmet či zariadenie, napríklad invalidný vozík, hadičku močového katétra, gastrostomickú alebo nazogastrickú sondu, dlahu, ortézu, intravenóznou kanylu, kyslíkovú sondu alebo sadru;
- **trením a odieraním** – k tomu dôjde, keď sa koža dieťaťa naťahuje alebo opakovane šúcha o povrch, ako je matrac, posteľná bielizeň alebo zariadenia spomenuté vyššie (toto nastane, keď sa dieťa šmýka v posteli alebo kresle, či nesprávnym posúvaním a manipulovaním);
- **vlhkom** – aj toto môže zvýšiť pravdepodobnosť vzniku boľavého miesta;
- **predošlým poškodením** – ak dieťa malo v minulosti tlakový vred, koža bude náchylná na ďalšie poškodenie.

Ako vyzerá tlakový vred?

Zvyčajne prvým znakom toho, že môže vzniknúť tlakový vred, je sfarbená koža. Toto miesto na koži môže vyzeráť, že je trochu červené alebo oškreté. Môže sa to postupne zhoršovať, či prípadne viesť k otvorenej rane. Tlakové vredy sa najčastejšie vyskytujú na kostných výbežkoch (kosti blízko ku koži) napríklad zadná strana hlavy, miesta pod plienkou (na zadku), kostrč, ucho, koreň nosa, päta a lakeť.



Aké sú varovné znaky?

- červené fľaky u detí so svetlou kožou;
- fialové alebo modrasté fľaky u detí s tmavou kožou;
- koža môže byť na dotyk horúca, pevná alebo mäkká a/alebo sa zdať byť lesklá;
- môžu sa tvoriť odtlaky alebo praskliny;
- tvrdé alebo opuchnuté miesta, ktoré môžu byť bolestivé.

Prečo je vaše dieťa ohrozené tlakovým vredom?

U každého dieťaťa sa môže vytvoriť tlakový vred, ale niektoré deti sú náchylnejšie na ich vytvorenie než iné.

Napríklad deti, ktoré:

- majú zníženú pohyblivosť (napríklad ak je dieťa choré a musí zostať dlhší čas v posteli, kresle či invalidnom vozíku, alebo keď mu jeho choroba alebo zdravotný stav neumožňujú zmeniť polohu bez pomoci);
- majú zariadenie, ktoré obmedzuje pohyb, tlačí a/alebo sa otiera (napríklad invalidný vozíček, hadička močového katétra, gastrostomická sonda, dlaha, ortéza, sadra, kyslíková sonda, dýchacia maska, intravenózne katéter pre intravenózne lieky);
- nemajú vhodnú stravu a nepijú dostatok vody;
- majú podváhu alebo nadváhu, ktorá môže ovplyvniť pohyblivosť dieťaťa a stav kože, čo spôsobí, že sa ľahšie poškodí;
- majú ochorenia obehovej alebo dýchacej sústavy, ktoré ovplyvňujú tok krvi;
- sú vlhkejšie z dôvodu úniku moču alebo potenia, čo vedie k vyrážke „pod plienkou“;
- mali v minulosti tlakový vred;
- sú vážne choré alebo podstupujú chirurgický zákrok;
- si poškodili miechu alebo nedokážu cítiť bolesť v časti tela alebo v celom tele;
- majú v súčasnosti tlakový vred;
- majú dlhodobo vysokú telesnú teplotu.

Čo môžete robiť

Ako rodič/opatrovateľ dieťaťa zohrávate veľmi dôležitú úlohu pri pomoci so starostlivosťou o kožu vášho dieťaťa. Zdravotný pracovník vám poradí, ako najlepšie zmenšíte tlak, alebo sa ho zbavíte v miestach na koži, ktoré sú náchylné na tlakové vredy.

Tieto rady zahŕňajú:

- správne sedenie a ležanie;
- ako pomôcť dieťaťu posadiť sa, a ľahnúť si;
- ako často sa dieťa potrebuje pohnúť, alebo by sa s ním malo v posteli alebo kresle pohnúť;
- podopieranie nôh dieťaťa;
- zachovávanie dobrého držania tela;
- ktoré zariadenia máte používať a ako.

Dôležité opatrenia, ktoré môžete urobiť, sú:

Koža

Denne kontrolujte kožu vášho dieťaťa – keď ho umývate a obliekate, môžete dôkladne prezrieť kožu, a zistiť varovné znaky vzniku tlakových vredov na jeho koži ; zdravotníckemu pracovníkovi **okamžite** nahláste všetky miesta, ktoré vám spôsobujú obavy. Včasný spozorovanie príznakov je dôležité, aby mohli byť vykonané kroky na prevenciu vzniku tlakového vredu.

Povrchy

Porozprávajte sa so zdravotníckym pracovníkom vášho dieťaťa o špeciálnych matracoch a zariadení. Poradí vám, aké sú špecifické prínosy a riziká zariadení, a rozhodne, či ich vaše dieťa potrebuje.

Udržiavajte sa v pohybe

Udržiavajte vaše dieťa v pohybe – to je možné dosiahnuť čo najväčším pohybovaním a menením polohy. Podporovanie a/alebo pomáhajúce dieťaťu meniť polohu čo najčastejšie pomôže zmenšiť tlak na kostnaté časti tela. Deti, ktoré používajú invalidný vozíček, sa potrebujú často hýbať v kresle, aby sa zmenšil tlak na ich zadoček. Ak vaše dieťa už má tlakový vred, je potrebné sa vyhnúť ležaniu alebo sedeniu na ňom, pretože to ho ešte zhorší.

Vyhňte sa tlaku a treniu – zabezpečte, aby vaše dieťa neležalo na žiadnych hadičkách, drôtikoch ani zariadeniach. Nenechajte dieťa ležať na pokrčených plachtách, ktoré môžu spôsobiť odieranie. Na polohovanie starších detí vždy použite kízaciu podložku. Je dôležité, aby ste sa pri hýbaní s dieťaťom vyhli ťahaniu. Ak má dieťa sadru, dlahu alebo ortézu a pod., a máte akékoľvek obavy, okamžite kontaktujte zdravotníckeho pracovníka vášho dieťaťa.

Zariadenia pravidelne kontrolujte – presvedčte sa, že ergoterapeut alebo fyzioterapeut vášho dieťaťa správne nastavil invalidný vozík, vankúše a dlahy. Čo najskôr im nahláste akékoľvek problémy so zariadením.

Únik moču

Udržiavajte kožu dieťaťa čistú a suchú – umyte ju a osušte čo najskôr po znečistení. Keď ju sušíte, radšej po nej jemne ťapkajte, namiesto toho aby ste ju šuchali. Suchú kožu pravidelne zvlhčujte. Na ochranu kože dieťaťa pred účinkami moču, stolice, potu alebo „vylučovaniu“ z rany je možné odporučiť bariérový krém alebo sprej. Je potrebné ich opatrne naniesť.

Výživa

Zabezpečte, aby dieťa dobre jedlo a prijímalo dostatok tekutín – pomôžte dieťaťu, aby jedlo vyváženú stravu s množstvo čerstvého ovocia, zeleniny a potravín, ktoré sú bohaté na bielkoviny (napr. mäso, vajcia, syry a mliečne výrobky). Ak dostáva enterálnu výživu, zabezpečte, aby ju dostalo celú aj s vodou podľa predpisu dietológa. Podporujte dieťa, aby pilo vhodné tekutiny, najmä vodu, aby bola jeho koža mäkká a pružná.



Praktické rady a tipy

Vykonávajte nasledovné činnosti:

- často meňte polohu dieťaťa – keď je v posteli alebo sedí v kresle, vyhnite sa tomu, aby bolo dlhší čas v jednej polohe;
- dobre sa starajte o kožu dieťaťa – udržiavajte ju čistú a bez prílišnej vlhkosti;
- podporujte zdravú vyváženú stravu;
- zariadenia používajte podľa pokynov zdravotníckeho pracovníka;
- kontrolujte, či na koži vášho dieťaťa nie sú červené značky alebo tmavofialové miesta; čo najskôr ich nahláste.

Nevykonávajte nasledovné činnosti:

- nenechajte dieťa sedieť na gumenej okrúhlejšej podložke (môže spôsobiť väčšie poškodenie kože);
- nemasírujte ani nešúchajte tlakové miesta;
- neťahajte dieťa cez vlhkú ani pokrčenú posteľnú bielizeň;
- nepoužívajte ovčiu kožu na zmenšenie tlaku;
- zabráňte tomu, aby sa inkontinenčné podložky pod dieťaťom krčili – vyhnite sa ich používaniu, ak je to možné;
- nesnažte sa zvládnuť tlakový vred sami – vyhľadajte pomoc zdravotníckeho pracovníka alebo špecializovanej zdravotnej sestry.

Ak máte akékoľvek otázky alebo obavy, ktoré sa týkajú kože vášho dieťaťa, alebo sa chcete dozvedieť viac informácií, porozprávajte sa s členom ošetrovateľského personálu, ktorý sa v nemocnici alebo doma stará o vaše dieťa.

Tento leták bol upravený podľa najnovšieho letáku NICE o tlakových vredoch – prevencii, liečbe a starostlivosti (Pressure Ulcers – prevention, treatment and care), ako aj podľa letákov miestneho úradu zdravotnej a sociálnej starostlivosti (Health and Social Care Trust) o prevencii tlakových vredov.

Viac podrobnejších informácií nájdete na webových stránkach:

- Pressure Ulcers – prevention and treatment (Tlakové vredy – prevencia a liečba)
www.nice.org.uk/guidance/cg179
- Pressure Ulcer Prevention: Quick Reference Guide (Prevencia tlakových vredov: Stručná informačná príručka)
www.pha.site/hDfT
- Úloha výživy pri prevencii tlakového vredu a liečba: National Pressure Ulcer Advisory Panel White Paper (Úloha výživy pri prevencii tlakového vredu a liečba: Zbierka správ a príručiek národného poradného panelu o tlakových vredoch)
www.pha.site/journals-lww-com
- Your Turn
www.your-turn.org.uk a pozrite si materiály PHA na 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:

