Pagpigil sa pressure ulcer para sa mga bata

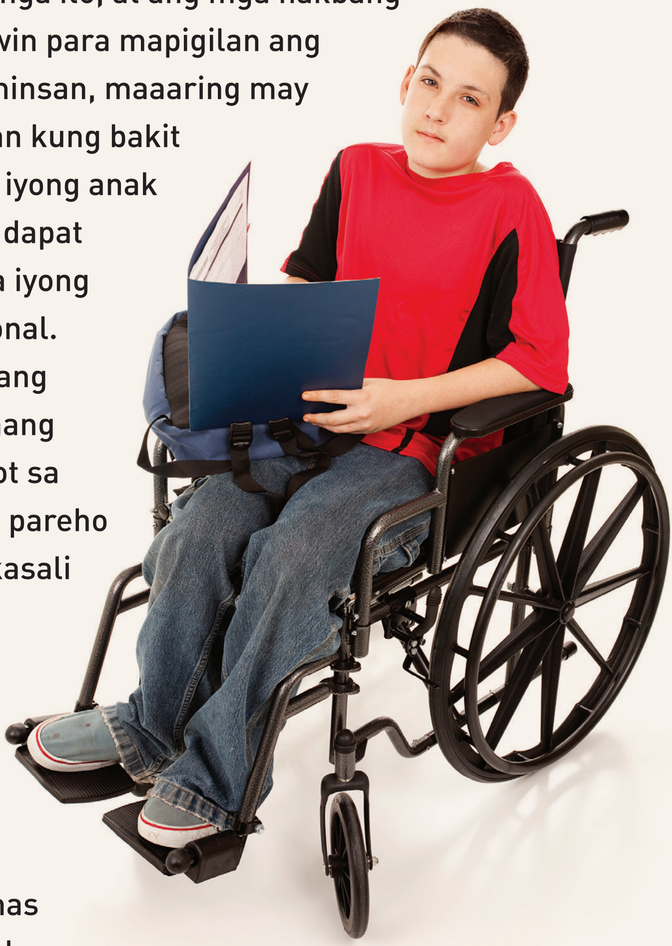
Impormasyon para sa mga magulang at tagapag-al-aga

HSC Public Health Agency

Ang leaflet na ito ay nagbibigay sa mga magulang, tagapag-alaga at bata ng impormasyon sa pressure ulcers, kagaya ng paano nabubuo ang mga ito, at ang mga hakbang na puwede mong gawin para mapigilan ang mga ito. Paminsan-minsan, maaaring may mabuting mga dahilan kung bakit iba ang paggamot sa iyong anak kaysa nasa leaflet at dapat mo itong talakayin sa iyong health care professional.

Mahalagang ikaw at ang iyong anak (sa abot nang makakaya) ay sangkot sa pangangalaga nila at pareho kayo ng anak mong kasali sa mga pagpapasya hinggil sa pagpigil at pamamahala ng pressure ulcers.

Ang pagtutulungang ito sa pangangalaga ay nagreresulta ng mas mabuting mga kalalabasan para sa iyong anak.



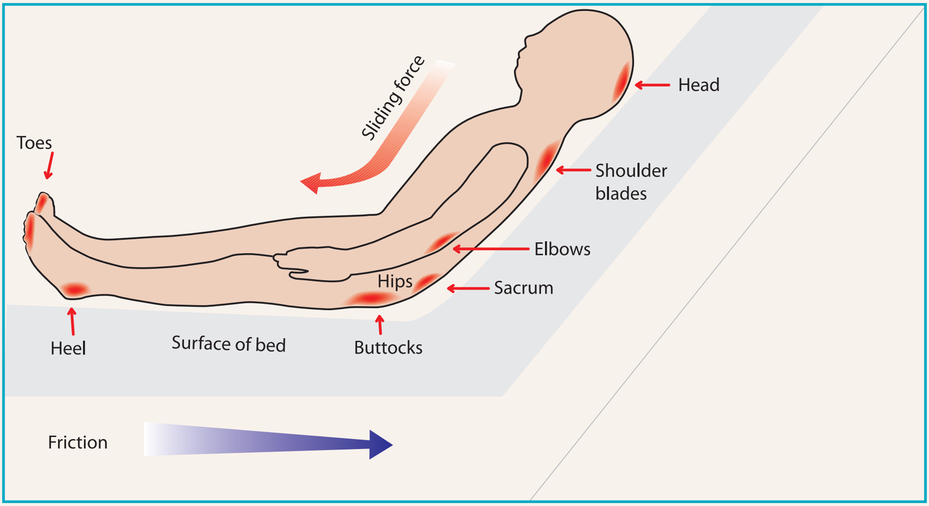
Ano ang pressure ulcer?

Ang pressure ulcer ay isang pinsalang nagaganap sa balat at nakailalim na mga tisyu kapag huminto ang daloy ng dugo sa lugar na iyon at nawalan ang tisyu ng oxygen at mga sustansiya. Puwedeng magkaroon ng pressure ulcer sa iba't ibang dahilan, lalo na kung hindi mabuti ang kalagayan ng iyong anak. Puwede itong maging napakasakit at humantong sa karagdagdagang mga kumplikasyon. Ang pressure ulcer ay puwedeng idulot ng:

- **Presyur (Pressure)** – puwedeng mangyari ito kapag ang bigat ng katawan ay dumidiin sa balat o mula sa anumang bagay o piraso ng kagamitan, halimbawa wheel chair, tubo ng catheter sa pag-ihi, gastrostomy/nasogastric na tubo, balangkat o splint, pangsuhay sa katawan o body brace, suwero o intravenous line, saturation probes o semento o plaster cast.
- **Pagkikiskis (friction) at pagkapunit (shear)** – nagaganap ito kapag nahatak ang balat ng iyong anak o paulit-ulit na nakuskos sa ibabaw tulad ng higaan, sapin o iba pang kagamitang nabanggit sa itaas. Nagaganap ito kapag nadudulas pababa ang bata sa kama o upuan o dahil sa maling pagkilos at paghawak.
- **Pagkabasa** – puwede ring gawin nitong mas malamang na magsimula ang sugat.
- **Dating pinsala** – kung nagkaroon dati ng pressure ulcer ang iyong anak, mas madaling magkaroon ng karagdagang pinsala ang balat.

Ano ang hitsura ng pressure ulcer?

Ang unang palatandaan na nagkakaroon ng pressure ulcer ay karaniwang nababagong kulay ng balat. Ang lugar ng balat ay puwedeng magmukhang medyo mapula o may pasa. Maaari itong lumubha at humantong sa pagkakaroon ng bukas na sugat. Pinakamalamang maganap ang pressure ulcers sa mabubutong mga bahagi (mga butong malapit sa balat), halimbawa ang likod ng ulo, puwitan, base ng gulugod, tainga, balingusan, sakong, at siko.



Ano ang mga babalang palatandaan?

- mga mapupulang patse sa mga mapuputing bata;
- mga murado/mangasul-ngasul na patse sa mga maiitim na bata;
- maaaring mainit ang pakiramdam ng balat o siksik o malambot at /o mukhang makintab;
- maaaring magkaroon ng mga paltos o bitak;
- mga matitigas o namamagang lugar na maaaring masakit.

Bakit nasa panganib ng pressure ulcer ang iyong anak?

Sinumang bata ay puwedeng magkaroon ng pressure ulcer, pero ang ilang bata ay mas malamang magkaroon nito kaysa sa iba.

Halimbawa, mga batang:

- may nabawasang pagkilos; halimbawa, kung may sakit ang anak mo at kailangang manatili sa kama o upuan o wheelchair nang mahabang panahon o kung nahihirapan silang magpalit ng posisyon nang walang tulong dulot ng sakit o medikal na kondisyon nila;
- may piraso ng kagamitan na puwedeng pumigil sa pagkilos nila o magdulot ng pressure at/o friction, halimbawa isang wheel chair, tubo ng cathether sa ihian, tubo sa pagkain, balangkat o splint, pangsuhay sa katawan o body brace, semento o plaster cast, saturation probe, facemask, intravenous catheter (para sa mga gamot na pinapadaan sa suwero);
- mahinang kumain at hindi umiinom ng sapat na tubig;
- kulang o sobra sa timbang, dahil puwede itong makaapekto sa pagkilos at kondisyon ng balat ng iyong anak na nagtutulot na mas madali itong mapinsala;
- may mga kondisyon sa dugo o paghinga na nakaaapekto sa pagdaloy ng kanilang dugo;
- may lumakas na pagkabasa dulot ng kahirapan sa pagpigil ng ihi o incontinence o pagpapawis dulot ng pamamantal na sanhi ng diaper o 'nappy rash';
- nagkaroon dati ng pressure ulcer;
- malubha ang sakit o inooperahan;
- may napinsalang spinal cord at /o hindi makaramdam ng pananakit sa ilang bahagi o buong katawan;
- kasalukuyang may pressure ulcer;
- may matagal na panahong mataas ang temperatura.

Ano ang puwede mong gawin

Bilang magulang/tagapag-alaga ng iyong anak, mayroon kang napakahalagang papel sa pagtulong sa pangangalaga ng balat ng iyong anak. Dapat magpayo ang iyong health care professional kung paano pinakamabuting mababawasan o mapapagaan ang pressure sa mga lugar ng balat na mahina sa pressure ulcers.

Kasama dapat ng payong ito ang:

- wastong posisyon sa pag-upo at paghiga;
- paano tulungan ang iyong anak sa pag-upo at paghiga;
- gaano kadalas kailangang kumilos o ikilos ang iyong anak sa kama o upuan;
- pagsuporta sa mga paa ng iyong anak;
- pagpapanatili ng mabuting bikas o posture;
- aling kagamitan ang dapat mong gamitin at paano ito gamitin.

Ang mahahalagang mga hakbang na puwede mong gawin ay:

Balat

Tingnan ang balat ng iyong anak araw-araw – kapag pinupunasan at binibihisan mo ang iyong anak, puwede kang tumulong sa pamamagitan ng pagtingin nang malapit sa balat ng iyong anak para sa babalang mga palatandaan ng pagkakaroon pressure ulcer at pag-uulat ng anumang lugar ng alalahanin sa health care professional **agad-agad**. Ang maagang pagkakita sa mga sintomas ay mahalaga para magawa ang mga hakbang sa pagpigil sa pagkakaroon ng pressure ulcer.

Mga ibabaw

Kausapin ang health care professional ng iyong anak tungkol sa mga higaan at kagamitang pang-espesyalista. Mapapayuhan ka nila tungkol sa partikular na mga benepisyo at panganib ng naturang kagamitan at makakapagpasya kung kailangan nito ang anak mo.

Patuloy na kumilos

Panatilihing kumikilos ang iyong anak – nagagawa ito sa pamamagitan ng pag-iikot at pagbabago sa posisyon hangga't maaari. Ang paghikayat at/o pagtulong sa iyong anak na baguhin ang posisyon nila nang madalas hangga't posible ay makatutulong na mapagaan ang pressure sa mga mabubutong bahagi ng katawan. Ang mga batang gumagamit ng wheelchair ay kailangang kumilos nang madalas sa kanilang upuan para mabawasan ang pressure sa puwitan nila. Kung may pressure ulcer na ang iyong anak, dapat iwasan ang paghiga o pag-upo sa ulcer dahil magpapalubha ito sa ulcer.

Iwasan ang pressure at friction – tiyaking hindi nakahiga sa anumang tubo, alambre o iba pang kagamitan ang iyong anak. Panatilihing walang lukot ang mga sapin ng kama ng iyong anak na puwedeng magdulot ng pagkuskos. Laging gumamit ng kumot na panlipat o slide sheet para baguhin ang posisyon ng mas matandang mga bata, mahalagang iwasang makaladkad ang iyong anak kapag inililipat sila. Kung may suot na semento, balangkat o pangsuhay sa katawan atbp. ang iyong anak, alertuhin agad ang health care professional ng iyong anak kung mayroon kang anumang alalahanin.

Regular na tingnan ang kagamitan – siguraduhing ang wheelchair, unan at balangkat ay akmang naitama ng occupational therapist at physiotherapist ng iyong anak at iulat sa kanila ang anumang problema sa kagamitang ito sa lalong madaling panahon.

Kawalan ng kontrol sa pag-ihi o incontinence

Panatilihing malinis at tuyo ang balat ng iyong anak – hugasan at tuyuin ang balat sa sandaling madumihan. Kapag tinutuyo ang balat ng iyong anak, dampian lang ito sa halip na kuskusin. Regular na basain ang tuyong balat. Maaaring ipayo ang isang pangharang na krema o spray para tulungang protektahan ang balat ng iyong anak sa mga epekto ng ihi, dumi, pawis o pagkatas ng sugat. Dapat itong ipahid nang magaang.

Nutrisyon

Siguraduhing kumakain at umiinom nang mabuti ang iyong anak – tulungan ang iyong anak na kumain ng balansiyadong pagkain na maraming sariwang prutas, gulay at pagkaing mayaman sa protina (tulad ng karne, isda, itlog, keso at produktong gatas) o kung pinapakain sila sa tubo tiyaking mayroon sila ng lahat na pagkain at tubig na inireseta ng kanilang dietitian. Hikayatin ang iyong anak na uminom ng sapat na likido, partikular ang tubig, para panatilihing malambot at madulas ang balat.

Praktikal na mga pahiwatig at tip

Gawin:

- madalas na baguhin ang posisyon ng iyong anak – habang nasa kama o nakaupo, iwasan ang pananatili sa isang posisyon nang matagal;
- pangalagaang mabuti ang balat ng iyong anak – panatilihin itong malinis at walang masyadong pagkabasa;
- hikayatin ang malusog na balansiyadong pagkain;
- gamitin ang mga kagamitan ayon sa payo ng iyong health care professional;
- inspeksiyonin ang balat ng iyong anak para sa mga mapupulang marka o muradong mga lugar at iulat ito sa lalong madaling panahon.

Huwag gawin:

- maupo sa gomang singsing na unan o almuhadon (maaaring magdulot ng mas maraming pinsala)
- imasahe o kuskusin ang mga lugar ng pressure;
- Hilahin o kaladkarin ang iyong anak nang nakapatong sa basa o nakalukot na sapin ng kama;
- gumamit ng balat ng tupa para mapagaan ang presyur;
- hayaang malukot ang mga tela para sa hindi makontrol na pag-ihi na nasa ilalim ng iyong anak – iwasan ang paggamit sa mga ito kung kaya mo;
- huwag subukang pamahalaan ang pressure ulcer nang mag-isa – humingi ng tulong sa iyong health care professional at/o tissue viability nurse specialist.

Kung may mga tanong o alalahanin ka tungkol sa balat ng iyong anak o gusto mo ng dagdag na impormasyon, mangyaring kausapin ang isang kasapi ng kawani ng nursing na nag-aalaga sa iyong anak sa ospital o sa bahay.

Ang leaflet na ito ay hinalaw mula sa pinakabagong leaftlet ng NICE na Pressure Ulcers – pagpigil, paggamot at pangangalaga at mga leaflet sa pagpigil ng pressure ulcer ng lokal na Health and Social Care Trust.

Matatagpuan ang karagdagang detalyadong impormasyon sa:

- Pressure Ulcers – pagpigil at paggamot
  www.nice.org.uk/guidance/cg179
- Pagpigil sa Pressure Ulcer: Gabay sa Mabilis na Pagsangguni
  www.pha.site/hDfT
- Ang Papel ng Nutrisyon sa Pagpigil at Paggamot ng Pressure Ulcer: National Pressure Ulcer Advisory Panel White Paper
  www.pha.site/journals-lww-com
- Your Turn
  www.your-turn.org.uk at tingnan ang mga materyal ng PHA sa
  www.publichealth.hscni.net

Public Health Agency

Public Health Agency
12-22 Linenhall Street, Belfast BT2 8BS.
Tel: 0300 555 0114 (local rate).
www.publichealth.hscni.net

Find us on:

01/21