

## Prevenencia pred vznikom preležanín- univerzálne ľudské právo

---

*„Pohľad na žijúcu ľudskú bytosť, odhalenú na kosť, trpiacu v bolestiach, mi zobral dych a zakrútila sa mi hlava. Jediné na čo som myslela bolo, ako to mohol niekto dopustiť.“*

**Martina Pažitková** – reportérka, denník SME  
Bratislava, r. 2010

*„Veľká väčšina dekubitov vzniká tým, že nie je o človeka dobre postarané, nepolohuje sa správne a podľa mňa by 8 - 9 dekubitov z 10.-tich dekubitov nemuselo vôbec vzniknúť.“*

**Michal Mrocek** - primár LDCH Sv. Františka,  
Bratislava, r. 2010



# Prevenca pred vznikom preležanín- univerzálne ľudské právo

---

- posilniť zdravie človeka
- zvýšiť jeho odolnosť proti pôsobeniu rizikových faktorov dekubitov
- vyhľadávanie rizikových jedincov, etiologických faktorov a posilňovanie ochranných faktorov
- edukácia pacientov a podporných osôb
- zvyšovanie úrovne vedomosti o rizikových faktorov dekubitov
- možnosti znižovania rizika u ohrozených jedincov.



# Prevenca pred vznikom preležanín- univerzálne ľudské právo

---

## Rizikové faktory

- Vonkajšie – mechanické, chemické, sociálne
- Vnútorne – vek, insuficiencie, inkontinencie, imunodeficiencia, imobilita
- Nutričné – dehydratácia, anorexia, malnutrícia, kachexia, obezita

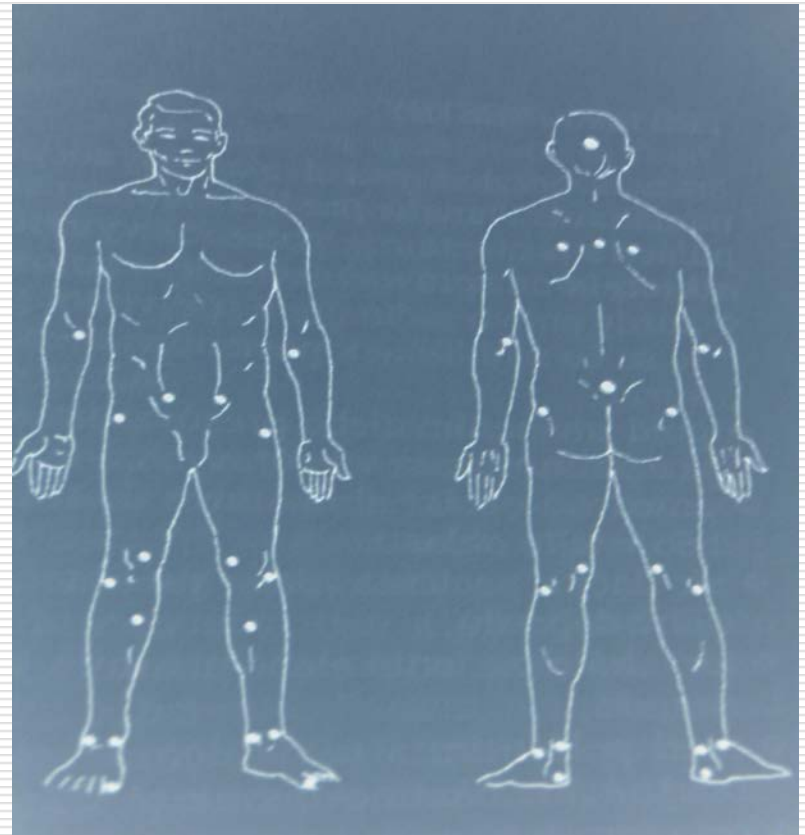


# Prevenca pred vznikom preležanín- univerzálne ľudské právo

---

## Predilekčné miesta

- V supinačnej polohe
- V pronačnej polohe
- V semipronačnej polohe
- V laterálnej polohe



# Prevenca pred vznikom preležanín- univerzálne ľudské právo

---

## Hodnotenie rizika vzniku dekubitov

Nortonova stupnica - štandard

Bradenovej stupnica - JIS

Braden Q scale – deti od 21. dna nar. do 8 rokov

Glamorgan scale – po 18 rok života

doporučujeme

Barthelov test denných aktivít

úroveň sebaopatery- model Gordonovej



# Prevenca pred vznikom preležanín- univerzálne ľudské právo

---

## Opatrenia

- Hodnotenie stavu pokožky
- Nutričné hodnotenie
- Hodnotenie bolesti
- Psychosociálne hodnotenie



# Prevenca pred vznikom preležanín- univerzálne ľudské právo

---

## Prevenca

- Hygienická starostlivosť
- Úprava inkontinencie
- Mobilizácia a rehabilitácia
- Polohovanie pacienta
- Používanie antidekubitálnych pomôcok
- Úprava výživy
- Hydratácia
- Spoluúčasť na liečbe podľa
- Výchova a vzdelávanie



# Prevenca pred vznikom preležanín- univerzálne ľudské právo

---

## Aktivizácia pacientov

### Kinezioterapia (terapia pohybom)

**Aktívne cvičenie** opakovanie vybraných a dávkovaných cvikov na dosiahnutie stanoveného cieľa.

**Kondičné cvičenie** udržania alebo získania vyššej pohybovej aktivity.

**Dychové cvičenia** prirodzený rytmus dýchania a zlepšenie pohyblivosti hrudníka a bránice

**Včasná vertikalizácia** zabránenie komplikácii súvisiacich s imobilizačným syndrómom.

aktívna, pasívna





# Prevenca pred vznikom preležanín- univerzálne ľudské právo

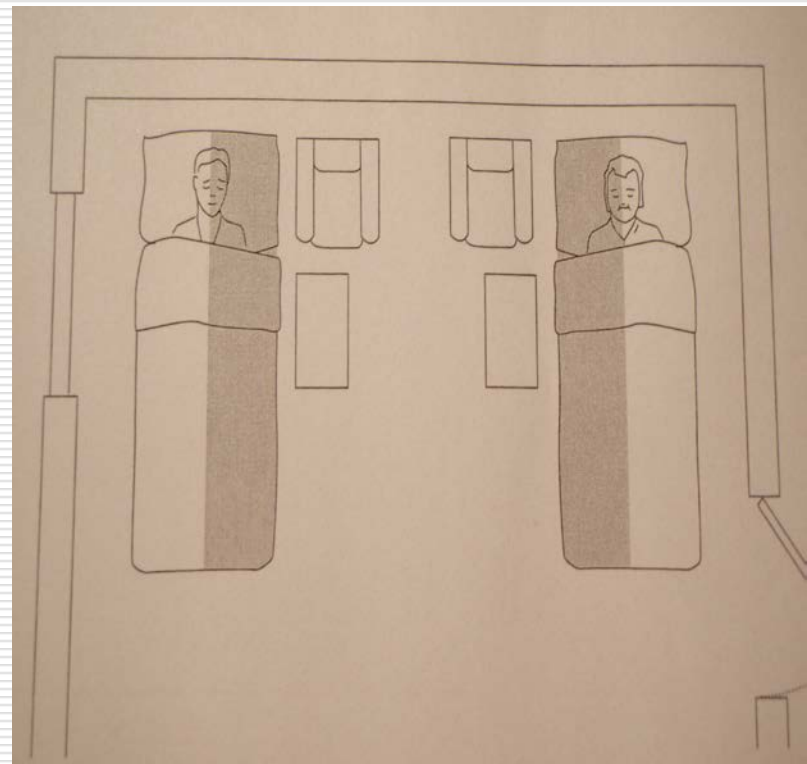
---

## Polohovanie pacienta

Antidekubitálne polohovanie sestra vykonáva u pacienta, ktorý leží vo vynútenej polohe alebo s porušeným vedomím

Sestra využíva polohovacie hodiny, možnosti pacientov, realizáciu striktno kontroluje, nepremýšľa o nemožnosti, deficite

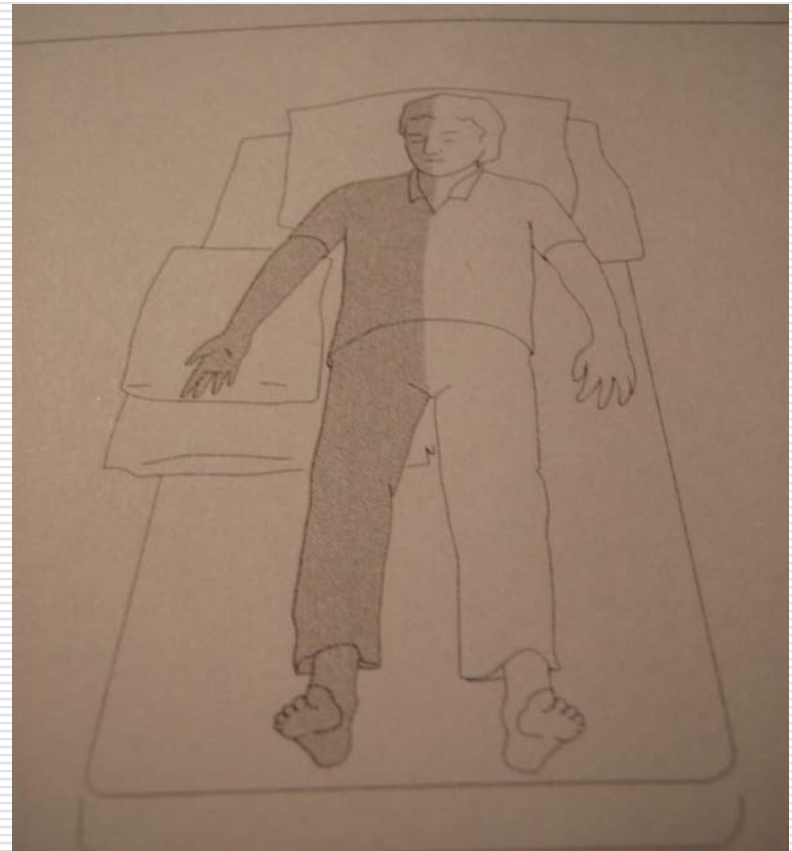
Sestra pri antidekubitálnom polohovaní využíva ergonómiu priestoru, princípy kinestetiky, vlastnú kreativitu



# Prevenca pred vznikom preležanín- univerzálne ľudské právo

---

- ***rovná poloha na chrbte***
- slúži na uvoľnenie a odbremenenie pohybom hrudného koša, chrbtice a panvy, uľahčuje dýchanie, pacient má ľahko flektované horné končatiny a extendované dolné končatiny; lýtka podložíme poduškou tak, aby boli päty voľné a neprepadávali špičky



# Prevenca pred vznikom preležanín-univerzálne ľudské právo

---

## 135 stupňov šikmá poloha

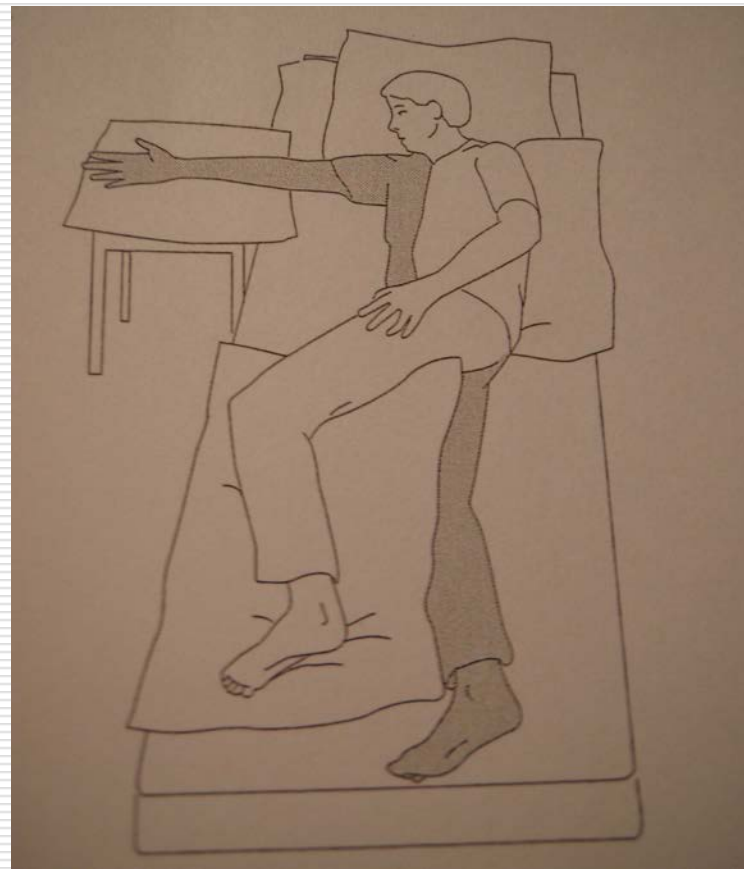
uhol medzi podložkou a chrbtom pacienta je 135o. túto polohu možno nahradit' polohou na bruchu; možno ju použiť aj pri ošetrovaní dekubitov v oblasti chrbta; veľkú podušku dáme pod hrudník tak, aby bola podopretá panva; malá poduška slúži na podloženie hlavy; ďalšou poduškou sa podoprie horná končatina



# Prevenca pred vznikom preležanín-univerzálne ľudské právo

## 30 stupňov šikmá poloha

uhol, ktorý zvierá podložka a chrbát pacienta je 30o; najviac ohrozený časti tela v gluteálnej oblasti a sakrálnej oblasti sú pri nej oslobodené od tlaku, hlava je podopretá menším vankúšom, podsunutím dvoch podušiek z boku dosiahneme naklonenie 30o, druhú končatinu položíme tak, aby bolo koleno, lýtko a členok odľahčené



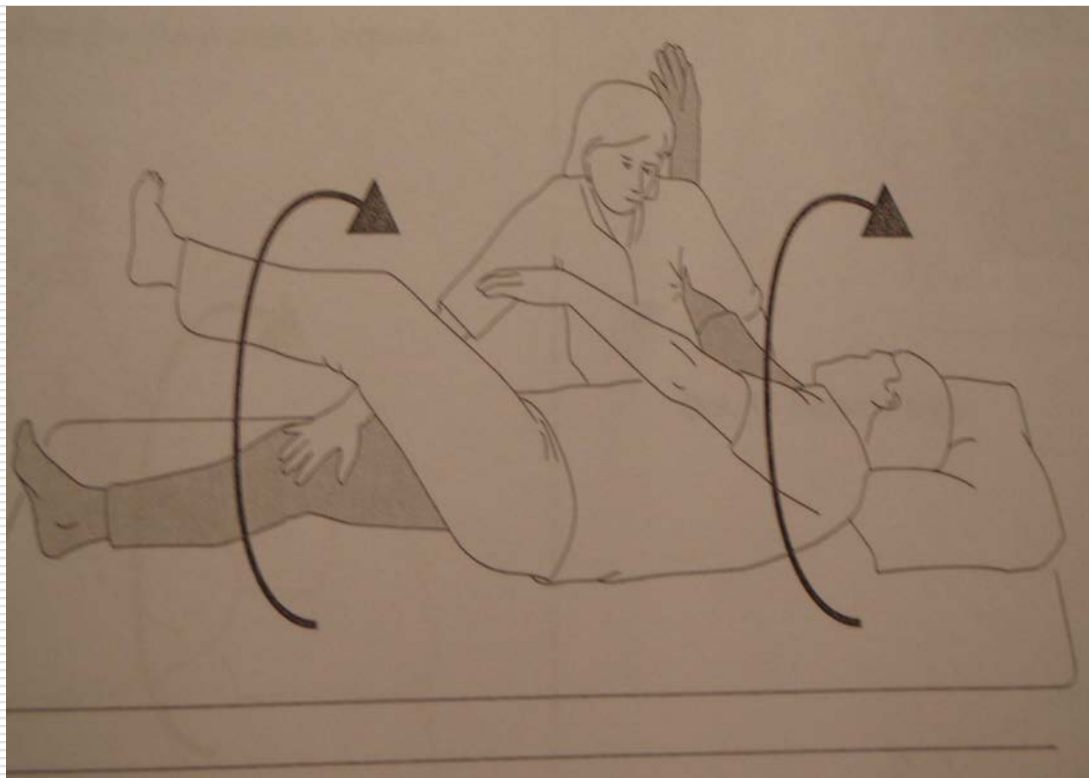
# Prevenca pred vznikom preležanín-univerzálne ľudské právo

---

## Otočenie na postihnutý bok

Terapeut pomáha  
pacientovi pridržovaním  
ramena a kolena postihnutej  
strany

Nepostihnuté koleno a  
rameno pacient pretáča  
sám



# Prevenca pred vznikom preležanín-univerzálne ľudské právo

---

## Sedenie chorého v posteli

ak stav dovolí, snažíme sa realizovať vertikalizáciu do sedu; odopierame chrbát poduškou, aby bol vzpriamený; nácvik realizuje fyzioterapeut a po zvládnutí pomáha pri vysadzovaní sestra



# Prevenca pred vznikom preležanín-univerzálne ľudské právo

---

## Zena Moore

### Multidisciplinarita v prevencii rán a manažment

väčší dopyt po kvalitnej ošetrovateľskej starostlivosti.

vzrastajúca zodpovednosť a sledovateľnosť, efektívnosť, napriek limitovaným zdrojom

nárast populácie a epidemiologia demografického zloženia je obťažná, zložitá.

WHO - multidisciplinárny prístup k pacientovi v ošetrovateľskej starostlivosti a maximálny zdravotný a sociálny benefit.

Štruktúrované multidisciplinárne intervencie, ako multidisciplinárna spolupráca a edukácie zlepšujú výsledky pacientov

