

Semafór - optimálnej starostlivosti o kožu podľa jej stavu

ZELEŇÁ: zdravá dostatočne hydratovaná koža bez známok začervenania alebo porušenia kože.

Pre udržanie stavu: vyberáme kozmetiku udržiavajúcu optimálne pH kože, po každom umytí kožu ošetríme vhodným hydratačným krémom. V prípade inkontinencie kladiem dôraz na minimalizáciu kontaktu kože s močom a stolicou. V prípade hnačky okamžite používame bariérové krémy alebo f krytia s jemným krémovým filmom chrániace kožu pred poškodením.

Na stav hydratácie kože má výrazný vplyv pitný režim, je preto nutné dôsledne sledovať množstvo vypitej tekutiny. Množstvo by mal podľa celkového stavu odporučiť lekár, ale spravidla by to nemalo byť menej ako 1,5 litra za deň.

Na dobrom stave kože sa podieľa aj pohybový režim. Pacient by mal byť motivovaný k čo najväčšej aktivite, ktorú jeho celkový stav dovoľí. Pri posadení dávame pozor, aby sa chorý na lôžku alebo kresle nešmýkal, pretože by mohlo dôjsť rýchlo k poškodeniu kože. Snažíme sa teda pokladať chodidlá a dolné končatiny tak, aby sed bol stabilný.

U pacientov, kde je porucha výživy, užívajú lieky na zrážanie krvi alebo vieme o onkologickej diagnóze, je možné udržať pokožku dlhšie zdravú aj pomocou špeciálnych profylaktických krytí chrániacich rizikové oblasti pre vznik dekubitov (používame len krytia, ktoré výrobca určil na tento účel v príbalovom letáku).

ORANŽOVÁ: stav ohrozenia s rizikom poškodenia kože.

U pacientov so zvýšenou citlivosťou a zníženou mobilitou výrazne stúpa riziko poškodenia kože. Je veľmi dôležité pomáhať chorému so zmenou polohy a odľahčovať rizikové miesta pre vznik dekubitov. Pozor na nevhodné pomôcky kruhového tvaru a pomôcky v tvare kolesa.

Pri každej zmene polohy kladieme dôraz na spôsob manipulácie s chorým. Chorého nikdy neposúvame po podložke, ale s podložkou, aby sme vďaka zlej manipulácii nespôsobili poranenie kože a následne dekubity.

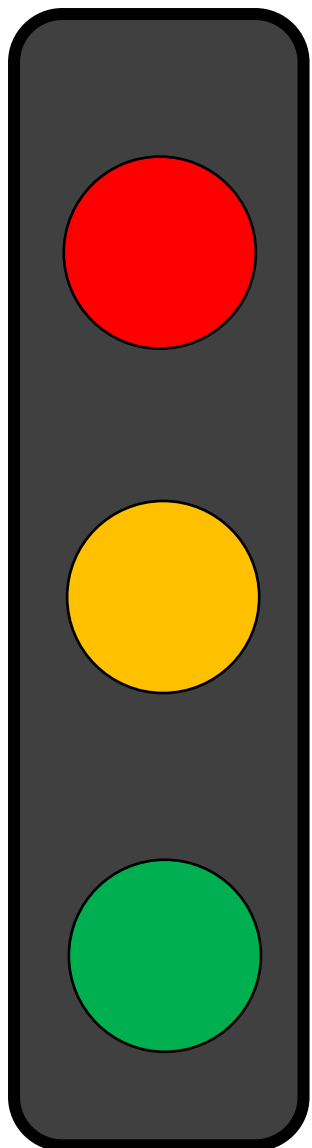
O nepoškodenú kožu sa staráme podobne ako pri bezproblémovom stave („Zelená“) iba s väčším dôrazom na kontrolu rizikových miest, ako oblasť krížovej kosti, päty, boky, zátylok a miesta, kde môžu vzniknúť zapareniny. Kontrola všetkých problémových oblastí by sa mala robiť najmenej 1x za 24 hodín.

ČERVENÁ: poškodená koža

Keď už došlo k poškodeniu kožného krytu a je veľmi dôležité čo najskôr začať s opatreniami, ktoré zabránia rozvoju poškodenia. K poškodeniu kože mohlo dôjsť na základe dlhšieho alebo častého kontaktu so stolicou prípadne močom, alebo z dôvodu poškodenia vplyvom tlaku, trenia, strižných a trecích síl, prípadne nezabezpečením optimálnej vlhkosti pokožky.

Nie je vždy jednoduché odlišiť od seba jednotlivé typy poškodenia kože, bezchybné určenie príčiny je veľmi dôležité k náprave a zabráneniu zhoršenia stavu, na to je potrebná odborná pomoc.

Na lekára, prípadne zdravotnú sestru ADOS je nutné sa obrátiť vždy, keď nájdeme na koži začervenanie, trhliny, modriny, vred, zmeny farby a charakteru kože.



STOP Nutnosť zapojenia sestry	Vyrážky alebo suchá koža Akákoľvek porucha celistvosti kože Začervenaná koža Na dotyk teplejšia koža Neobvyklý zápach Známky opuchu	Pľuzgiere Modriny Kožné trhliny Akékoľvek zmeny farby a citlivosti
Kontrolujte každý deň najmä pri poruchách mobility a citlivosti	Kontrolujte kožu vrátane kožných záhybov a zaparených miest Kontrolujte oblasť medzi prstami Zamerajte sa predovšetkým na	Každú zmenu sledujte
Udržanie zdravej pokožky	Používajte šetrné mydlo Udržujte pokožku dobre hydratovanú pomocou hydratačných krémov	Podporujte dobrý pitný režim Optimálny stav pokožky Napomáhať a nabádať ku zmenám polohy