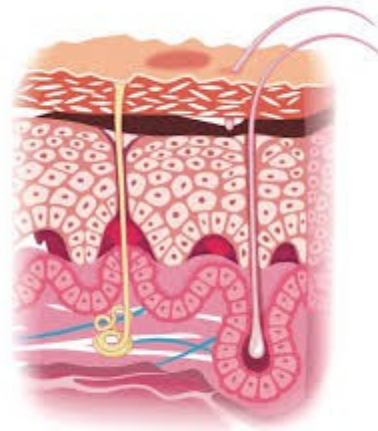


# ODLEŻYNY



**Odleżyna** to uszkodzenie ciągłości skóry na skutek, długotrwałego niedokrwienia tkanek, o charakterze owrzodzenia.



- Odleżyny nie występują nigdy samoistnie jako jedyna jednostka chorobowa. Stanowią powikłanie różnych chorób ogólnych, których konsekwencją jest przedłużone unieruchomienie pacjenta. Czas pojawienia się odleżyny jest uzależniony od ogólnego stanu pacjenta oraz od stopnia czynników ryzyka. U chorych nieprzytomnych odleżyna może powstać nawet w ciągu 2 godzin, u innych pojawić się może w ciągu 14 dni od chwili unieruchomienia

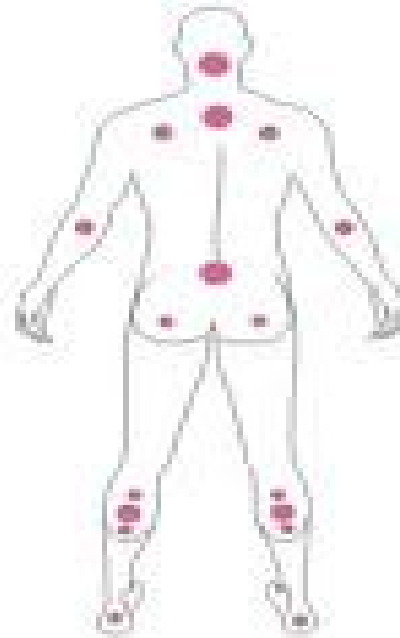
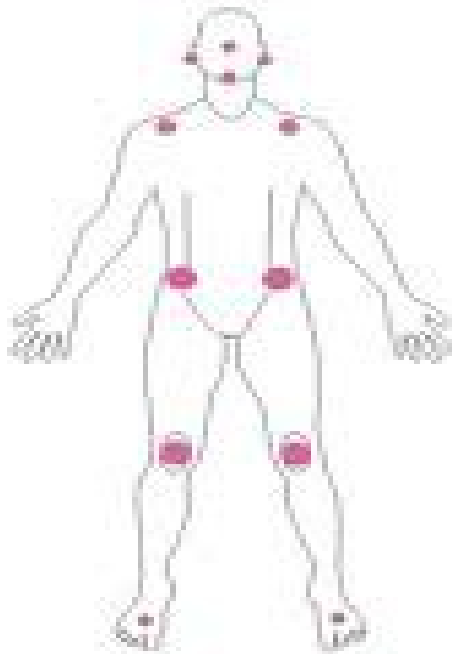
- Odleżyny powstają najczęściej w miejscach, gdzie odległość między powierzchnią skóry, a znajdującym się pod nią układem kostnym jest niewielka. W tych miejscach podczas długotrwałego unieruchomienia, zwłaszcza na twardym podłożu, dochodzi do ucisku na tkanki, co w dalszej konsekwencji prowadzi do niedokrwienia komórek.

# **Miejsca najbardziej narażone na powstanie odleżyn to:**

1. kość ogonowa,
2. pośladki,
3. kręgosłup,
4. pięty.

W przypadku długotrwałego leżenia na boku:

5. kość biodrowa,
6. kość ramienna,
7. kość udowa po stronie bocznej,
8. kości boczne stopy.

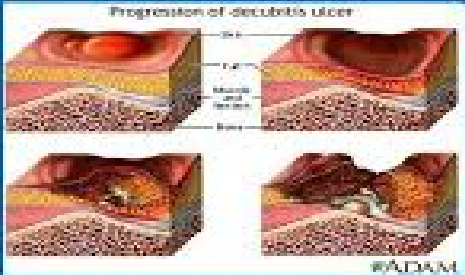


# ODLEŻYNA


W pierwszym etapie charakteryzuje się zaczerwienieniem, a następnie niedokrwieniem i w końcowym efekcie obumieraniem tkanek. W miarę oddzielania się tkanek martwiczych powstają trudno gojące się owrzodzenia, łatwo ulegające zakażeniu.

# POWSTAWANIE ODLEŻYNY

Progression of decubitus ulcer



stagnacja krwi w okolicy



odleżyna



# PIERWSZE SYMPTOMY:

1. zaczerwienienie skóry znikające po usunięciu ucisku,
2. zaczerwienienie skóry nieznikające po ucisku,
3. pęcherze naskórka,
4. otarcie naskórka.

# PIERWSZE SYMPTOMY:

W przypadku zmian w okolicy kulszowej wczesne objawy to:

1. niewielkie podwyższenie temperatury, które może wystąpić w każdym przypadku,
2. niewielkie zgrubienie,
3. zaczerwienienie,
4. obrzmienie

# ABY ZAPOBIEC ODLEŻYNOM :

- 1. Często zmieniaj pozycję ciała**
- 2. Codziennie kontroluj stan skóry**
- 3. Codziennie dbaj o higienę i czystość całego ciała**
- 4. Dbaj o dostęp powietrza**
- 5. Dbaj o prawidłowe odżywianie**
- 6. Rehabilitacja- ćwicz mięśnie**
- 7. Unikaj wilgotnej i mokrej pościeli**
- 8. Unikaj skaleczeń, uderzeń**

**9. Ubranie i obuwie powinno być miękkie**

**10. Łóżko powinno być codziennie prześcielane, a prześcieradło dobrze naciągnięte**

**11. Unikaj kółek pod łokcie i pięty**

**12. Unikaj nadmiaru talku, pudru, zasypek, które mogą grudkować**

**13. Unikaj jednoczesnego stosowania pudru i oliwki**

# Możesz zastosować:

- materac przeciwoleżynowy



- preparaty do pielęgnacji skóry:

np. oliwka do ciała, maść nagietkowa, PC 30V  
podkładki przeciwoleżynowe (wykonane z  
pianki, żelu, powietrza), z runa owczego  
(zmniejszenie tarcia), poduszeczki lniane  
wypełnione siemieniem lnianym pod pośladki

# Technika zmiany pozycji:





