

## ПАМЯТКА ДЛЯ РОДСТВЕННИКОВ ПО УХОДУ ЗА БОЛЬНЫМИ И ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ ПРОЛЕЖНЕЙ

*Выписка из «Отраслевого стандарта «Протокол ведения больных. Пролежни» (ОСТ 91500.11.0001-2002) от 17.04.2002 г.*

- При каждом перемещении, любом ухудшении или изменении состояния осматривайте регулярно кожу в области крестца, пяток, лодыжек, лопаток, локтей, затылка, большого вертела бедренной кости, внутренней поверхности коленных суставов.
- Не подвергайте уязвимые участки тела, трению. Обмывайте уязвимые участки не менее 1 раза в день, а также при недержании мочи, сильном потоотделении. Пользуйтесь мягким и жидким мылом. Убедитесь, что моющее средство смыто, высушите этот участок кожи. Если кожа слишком сухая, пользуйтесь увлажняющим кремом. Мойте кожу теплой водой.
- Пользуйтесь защитными кремами, если это показано.
- Не делайте массаж в области выступающих костных выступов.
- Изменяйте положение пациента каждые 2 часа (даже ночью): «на левом боку»; «на правом боку». Изменяйте положение пациента, приподнимая его над постелью.
- Проверьте состояние постели (складки, крошки и т.п.)
- Исключите контакт кожи с жесткой частью кровати.
- Используйте поролон в чехле (вместо ватно-марлевых и резиновых кругов) для уменьшения давления на кожу.
- Опустите изголовье кровати на самый низкий уровень (угол не более 30°). Приподнимайте изголовье на короткое время для выполнения каких-либо манипуляций.
- Не допускайте, чтобы в положении «на боку» пациент лежал непосредственно на большом вертеле бедра.
- Не допускайте непрерывного сидения в кресле или инвалидной коляске. Напоминайте изменять положение через каждый час, самостоятельно менять положение тела, подтягиваться, осматривать уязвимые участки кожи. Посоветуйте ему ослаблять давление на ягодицы каждые 15 минут: наклоняться вперед, в сторону, приподниматься, опираясь на ручки кресла.
- Уменьшайте риск повреждения ткани под действием давления:
  - регулярно изменяйте положение тела;
  - используйте приспособления, уменьшающие давление тела;
  - соблюдайте правила приподнимания и перемещения;
  - осматривайте кожу не реже 1 раза в день;
  - осуществляйте правильное питание и адекватный прием жидкости.
- Контролируйте качество и количество пищи и жидкости, в том числе при недержании мочи.
- Максимально расширяйте активность своего подопечного. Если он может ходить, побуждайте его прогуливаться через каждый час.
- Используйте непромокаемые пеленки, подгузники.