

## Помните

### Можно и нужно

Каждые 1–2 часа



Менять положение тела.



Менять постельное и нательное белье.



Мыть и обтирать влажной губкой тело больного.



Осмотривать тело больного на предмет покраснений и других кожных изменений.



Использовать валики и подушки.



Сохранять оптимальную температуру в помещении (21–23 °C).



Не допускать образования складок на постельном белье и одежде.



Своевременно менять подгузник.



Следить за сбалансированным питанием (витамины А, В, С — творог, мясо, овощи) и питьевым режимом.



Обрабатывать кожу защитным кремом.

Заведите блокнот и отмечайте проведенные процедуры.

Пример: март

Процедуры Дата  
xx.xx xx.xx xx.xx xx.xx

Визуальный осмотр кожи	Х	Х	Х	Х
Смена положения	Х	Х	Х	Х
Гигиенические процедуры	Х	Х	Х	Х
Смена подгузников	Х	Х	Х	Х
Смена постельного белья	Х	Х	Х	Х

**i** Проследите, чтобы врач назначил вам современные методы лечения:

- пенные, гелевые, наполненные водой или воздухом очищающие прокладки;
- абсорбирующие и гидроактивные повязки.

Подробнее о методах профилактики пролежней и безопасных положениях больного в постели вы можете узнать в разделе «Уход» на сайте [pro-palliativ.ru](http://pro-palliativ.ru).

### Постоянно

# Профилактика и лечение пролежней

Помните о риске появления пролежней, если вы ухаживаете за человеком, который:

1

Находится в одной позе больше 2 часов и/или не может самостоятельно менять положение тела.

2

Имеет проблемы с весом (избыточный вес или истощение).

3

Часто потеет, страдает от недержания мочи, кала.

4

Страдает от сосудистых заболеваний, трофических язв, диабета.

**Пролежни** — это повреждения кожи и мягких тканей, которые возникают в результате давления, если человек долго находится в одной позе без движения.

### Пролежни могут



Глубоко повредить кожу, мышцы и кости



Вызвать нестерпимую боль



Вызвать инфекции



Привести к заражению крови



Ухудшить качество жизни



Если пролежни не лечить, они могут привести к летальному исходу!

### Что делать, если появился пролежень?

1 Поверните больного так, чтобы не было давления на рану и кровь могла поступать к месту возникновения пролежня.

2 Наблюдайте и записывайте, как меняется рана.

На последней странице вы найдете пример того, как можно вести лист наблюдений.



При длительном давлении состояние ухудшится — откроется рана, которая углубится вплоть до кости.

Обращайте внимание на:

- повышение температуры, озноб;
- выделения из раны;
- плохой запах от раны;
- повреждения вокруг раны.



фонд помощи хосписам  
**Вера**

горячая линия помощи неизлечимо больным людям  
**8 (800) 700-84-36**

веб-сайты  
[www.fond-vera.ru](http://www.fond-vera.ru)  
[www.pro-palliativ.ru](http://www.pro-palliativ.ru)

партнеры

инфографика.  
агентство  
эффективных  
коммуникаций

Нельзя использовать для лечения и обработки пролежней

Зеленку, йод, марганцовку, фукорцин.

Облепиховое, камфорное, эфирные масла.



«Мазь Вишневского» и «Левомеколь» нельзя использовать без консультации с врачом!

! Поступайте с больным человеком так, как хотите, чтобы поступали с вами.

Научные консультанты: Н. Н. Данилова, филиал «Первый московский хоспис им. В. В. Милионщиковой», ГБУЗ «Центр паллиативной помощи ДЗМ» А. Н. Ибрагимов, ГБУЗ «Центр паллиативной помощи ДЗМ», ГБУ «НИИОЗММ ДЗМ»

Тираж 2000 экз. 2018 г.