

# PASIËNT ALGORITME VIR DIE SELF-BERAMING VAN DRUKSERE

## RISIKO BEPALING VIR DRUKSERE: HET U ENIGE VAN DIE VOLGENDE?

- Rooiheid van vel oor 'n benige area
- Beperkte mobiliteit / aktiwiteit
- Vel blootgestel aan vog bv. uriene
- Voedingstekort
- Dehidrasie

**NEE: DAAR IS GEEN RISIKO VIR DRUKSEER ONTWIKKELING NIE**

**JA: DAAR IS 'N RISIKO VIR DIE ONTWIKKELING VAN DRUKSERE / SKADE AAN DIE VEL IS TEENWOORDIG**

## VERDERE STAPPE

- Kontak u verpleegkundige of huisdokter
- Volg professionele personeel se aanbevelings vir voorkoming en behandeling

## ONDERNEEM BEPLANDE VOORKOMENDE EN BEHANDELENDE SORG

indien daar:

### Beperkte mobiliteit/aktiwiteit is:

- Verander jou posisie gereeld
- Gebruik voorkomende hulpmiddels om drukking/wrywing /skuifkragte te verminder
- Gebruik hulpmiddels soos 'n spesiale matras of kussing

### Vel blootstelling aan liggaamsvog:

- Behandel die rede vir inkontinensie
- Hou u vel skoon en droog
- Gebruik linne en klere wat gemak is van natuurlike materiaal
- Gebruik beskermende produkte op u vel
- Gebruik drukseer-voorkomende wondverbande oor benerige areas (indien aanbeveel is)

### Voedingskekort:

- Maak seker dat u voldoende voeding het ryk aan proteïene, vitamïene, minerale
- Gebruik voedingsaanvullings soos aangedui

### Dehidrasie:

- Maak seker dat u voldoende vloeistofname het
- Monitor u vloeistofname

### Pyn:

- Pas nie-farmakologiese metodes van pynbestuur toe
- Neem pynmedikasie volgens voorskrif

**AS JOU TOESTAND VERANDER, HERHAAL DIE DRUKSEER RISIKOBEPALING EN/OF KONTAK JOU PLAASLIKE VERPLEEGSTER OF HUISDOKTER SO GOU AS MOONTLIK!**