

ALGORITMUS PRO PACIENTY - PRO SEBEHODNOCENÍ RIZIKA VZNIKU PROLEŽENIN

HODNOCENÍ RIZIKA VZNIKU PROLEŽENIN (DEKUBITŮ) TÝKÁ SE VÁS NĚKTERÝ Z TĚCHTO BODŮ?

- Zarudnutí kůže v oblasti nad kostními výčnělky (nad kosti)
- Omezená pohyblivost/aktivita
- Kůže vystavená vlhkosti
- Nutriční (výživový) deficit
- Dehydratace

**NE: NEEXISTUJE
RIZIKO VZNIKU
PROLEŽENIN**

**ANO: EXISTUJE RIZIKO VZNIKU
PROLEŽENIN / POŠKOZENÍ KŮŽE**

DALŠÍ KROKY (POSTUP)

- Obraťte se na praktického lékaře či všeobecnou sestru v jeho ordinaci
- Dodržujte doporučení odborníků týkající se prevence a péče

REALIZUJTE (PROVEĎTE) ZAHAJTE PLÁNOVANOU PREVENCI A PÉČI

pokud je přítomna:

Omezená pohyblivost/aktivita:

- Pravidelně měňte polohu
- Používejte preventivní pomůcky k odlehčení tlaku/otlaku/střížných sil-tření
- Používejte odlehčující matraci, sedák (podušku)

Vystavení pokožky vlhkosti:

- Udržujte pokožku čistou a suchou
- Používejte prádlo a oblečení z přírodních materiálů
- Používejte ochranné přípravky na pokožku nad oblastí kostních výběžků, nad kostmi
- Používejte preventivní krytí nad nad oblastí kostních výběžků, nad kostmi pokud je to doporučeno odborníky

Nutriční deficit:

- Ujistěte se, že máte dostatečnou výživu bohatou na bílkoviny, vitamíny a minerály

Dehydratace:

- Ujistěte se, že máte dostatečný příjem tekutin
- Sledujte svůj příjem tekutin

Bolest:

- Použijte nefarmakologické metody léčby bolesti
- Užívejte léků proti bolesti podle předpisu

**POKUD SE VÁŠ STAV
ZMĚNÍ, ZOPAKUJTE
POSOUZENÍ RIZIKA
VZNIKU PROLEŽENIN
A/NEBO CO NEJDŘÍVE
KONTAKTUJTE
PRAKTICKÉHO LÉKAŘE
ČI VŠEOBECNOU
SESTRU V JEHO
ORDINACI!**