



Materiały edukacyjne – zalecenia pielęgniarские dla pacjenta przy wypisie ze szpitala – załącznik nr 17

Zalecenia dla pacjenta w przypadku pielęgnacji ran przewlekłych - owrzodzenie żyłne.

- Zaleca się zmianę trybu życia, unikanie długiego stania i siedzenia oraz niezakładania nogi na nogę.
- Podczas odpoczynku należy unosić kończyny dolne ku górze.
- Zalecana jest aktywność fizyczna, zapobieganie nadwadze.
- Należy stosować się do zaleceń lekarskich.
- Należy stosować opatrunki według zalecenia - opatrunek musi być większy od rany o 2 cm.
- Nie należy sięgać po alternatywne metody leczenia owrzodzeń podudzi
- W każdej fazie leczenia zaleca się leczenie uciskowe, poprzez specjalistyczne bandaże lub w przypadku mniejszych owrzodzeń podkolanówki.
- Należy unikać odzieży obcisłej, stosować wygodne obuwie na niewielkim koturnie, zabrania się noszenia ciasnego, niewygodnego obuwia.
- Oprócz opatrunków zalecanych należy dbać o ranę i otaczającą ją skórę .
- Należy utrzymać czystość wokół owrzodzenia, aby zapobiegać przedostaniu się do rany drobnoustrojów jak ; wirusy, grzyby, bakterie.
- Należy pamiętać, że owrzodzenia kończyn dolnych są w dużym stopniu narażone na ryzyko zakażenia co opóźnia proces gojenia rany.
- Jednym z najważniejszych działań jest utrzymanie w czystości ciała w tym kończyn, ważna jest toaleta stóp, ważne jest stosowanie podczas czynności higienicznych-środków myjących, odpowiednio dobranych, zaleca się środki łagodne, o odczynie ok pH 5.5 np. szare mydło. Detergenty mają za zadanie usunąć znajdujące się na powierzchni skóry zanieczyszczenia.
- Po dokładnym umyciu skóry zaleca się preparaty zwiększające nawilżanie naskórka np. krem, emulsja.
- Należy stosować dietę z dużą zawartością białka, uzupełnieniem diety może być preparat Nutridrink, jest on wygodny do spożycia , ma małą zawartość co ma znaczenie u osób starszych przy braku apetytu, należy stosować także dietę niskotłuszczową, jadłospis chorego powinien być lekkostrawny , aby nie dopuszczać do zalegania pokarmu w układzie pokarmowym, w każdym posiłku powinny być warzywa i owoce, które są źródłem witamin i soli mineralnych niezbędnych w procesie regeneracji organizmu,



należy pić 2-3 litry napojów dziennie, co zapewni prawidłową funkcję nerek oraz ochroni przez obrzękami.

- Zaleca się kontrolę w poradni w wyznaczonych terminach lub w razie potrzeby.



Bibliografia:

Szewczyk MT, Jasień A. Zalecenia specjalistyczne opieki pielęgniarskiej nad chorym z owrzodzeniem żylnym goleni. Pielęgniarstwo chirurgiczne i Angiologiczne 2007.