

## Prevence

Dobře organizovaná a kvalitní ošetrovatelská péče má zásadní význam nejen při léčení dekubitů, ale i při prevenci, a to jak ve zdravotnickém zařízení, tak i doma. Na vzniku dekubitu se podílí trvalé působení tlaku v čase v kombinaci s vnějšími a vnitřními faktory.

Zcela nezastupitelné místo v prevenci a léčbě dekubitů má **pravidelné polohování** pacienta.

Významnými pomůckami jsou podložky, různé typy speciálních nafukovacích matrací, vzduchových i vodních lůžek.

Nesmírně důležitá je dostatečná výživa (nutrice) pacienta, prevence otoků, hygiena a ochrana pacienta před infekcí.

Cílem prevence je snaha předcházet vzniku dekubitů řádnou hygienou, pravidelným a častým polohováním, kvalitní stravou, rehabilitací a pozornou péčí o pacienta.

### **Pro prevenci vzniku dekubitů platí tyto obecné zásady:**

- **polohování** (zkracování doby působení tlaku, aby nepřekročil prahovou hodnotu)
- **používání antidekubitních pomůcek** (blokování nepříznivých mechanických vlivů vnějšího prostředí)
- **hygiena** (blokování nepříznivých chemických a infekčních vlivů vnějšího prostředí)
- **rehabilitace** je nedílnou, důležitou součástí prevence
  - **normalizace celkového stavu** - vnitřní prostředí, výživa, krevní oběh, okysličování, zvládnání celkové infekce apod.
  - u dekubitů při **postižení řídicích systémů** (mozek, mícha), u psychických postižení (psychická a psychiatrická onemocnění) a plegií je nutné pečlivě volit specifický ošetrovací a životní režim vzhledem k danému typu postižení
  - riziková místa a dekubity nikdy nemasírovat, masáž poškozeného podkoží způsobuje maceraci kůže a degeneraci podkožních tkání, které jsou nejvíce namáhány, zejména u starších lidí, při masírování je podkoží smýkáno!!
  - po vyhodnocení stupně rizika vzniku dekubitů ihned aplikovat příslušná preventivní opatření a ne pouze získané výsledky zapsat do dokumentace pacienta

Preventivní režim je nutné vždy přizpůsobovat konkrétnímu typu onemocnění a specifickým potřebám jednotlivých pacientů (klientů, nemocných rodinných příslušníků).

Snažme se poskytovat pacientům kvalitní preventivní péči, než řešit již vzniklé dekubity a navazující komplikace. Pacienta ušetříme značných útrap a pečujícím osobám a rodinám čas a značné finanční prostředky na nákladnou a dlouhodobou léčbu dekubitů.