

# Vaikų slėginės opos preven- cija

Informacija tėvams ir globėjams



Šis lankstinukas yra skirtas tėvams, globėjams ir vaikams: jame pateikiama informacija apie slėgines opas, jų atsiradimo būdą ir veiksmus, kurių galite imtis, norėdami jų išvengti.

Kartais gali būti rimtų priežasčių, kodėl jūsų vaiko gydymas yra vykdomas kitaip nei bus aprašyta

šiam lankstinuke, todėl turėtumėte  tai

aptarti su savo sveikatos priežiūros

specialistu. Labai svarbu, kad jūs

ir pats vaikas (kiek tik įmanoma)

kartu dalyvautumėte jo

priežiūroje bei sprendimuose

dėl slėginių opų prevencijos ir

valdymo. Kartu galima pasiekti

geresnių rezultatų jūsų vaiko

labui.



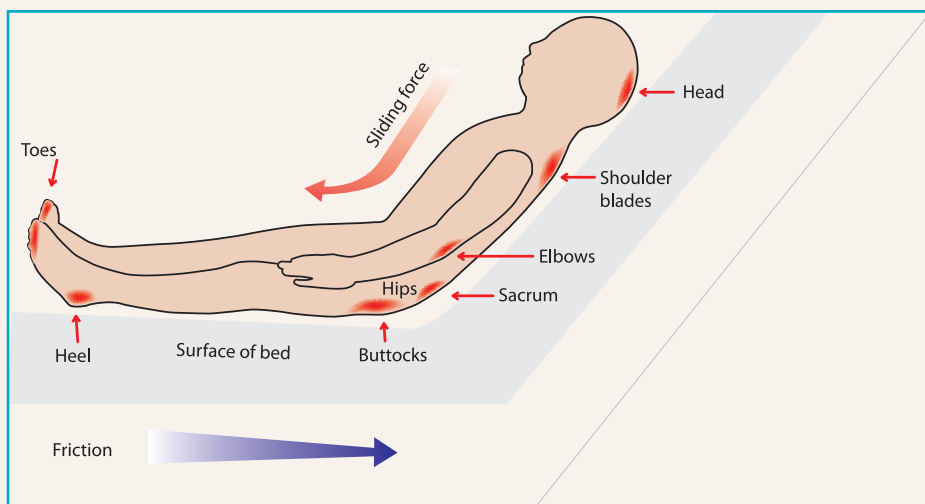
## Kas yra slėginė opa?

Slėginė opa – tai pažeidimas, atsiradęs ant odos ir po jos esančiuose audiniuose, kuomet šios vietos kraujotaka nutraukiama, ir audiniui nepakanka deguonies ir maistinių medžiagų. Slėginės opos gali atsirasti dėl įvairių priežasčių, ypač jei jūsų vaikas serga. Ji gali sukelti stiprių skausmų ir papildomų komplikacijų. Slėginę opą gali sukelti:

- **Slėgis** – kai kūno svoris prispaudžiamas prie odos arba nuo bet kokio objekto ar įrangos, pavyzdžiui, neįgaliojo vežimėlio, šlapimo kateterio vamzdelių, gastrostomijos/nazogastrinio vamzdelio, įtvaro, kūno/korsetinės petnešos, lašelinės, prisotinimo zondų arba gipso įtaiso.
- **Trintis ir tempimas** – kai vaiko oda yra traukiama arba nuolat trinama per tam tikrus paviršius, pavyzdžiui, čiužinio, patalynės ar kitos aukščiau paminėtos įrangos. Taip atsitinka, kai vaikas slysta lovoje ar vežimėlyje arba yra netinkamai nešamas ir judinamas.
- **Drėgmė** – ji taip pat gali būti skausmingos vietos atsiradimo šaltiniu.
- **Ankstesni pažeidimai** – jei jūsų vaikas anksčiau turėjo slėginę opa, oda jau bus labiau pažeidžiama.

## Kaip atrodo slėginė opa?

Pirmasis slėginės opos atsiradimo požymis dažniausiai yra pakitusi odos spalva. Ši odos sritis gali atrodyti šiek tiek paraudusi ar sumušta. Jos būklė gali vis pablogėti ir galiausiai sukelti atvirą žaizdą. Slėginės opos dažniausiai atsiranda virš kaulinių iškyšų (kaulų, esančių arti odos), pavyzdžiui, pakaušyje, sauskelnių uždengtoje srityje ar ant sėdmenų, stuburo apatinėje dalyje, ausyje, viršutinėje nosies dalyje, kulno ir alkūnės srityse.



## Kokie yra atsiradimo įspėjamieji ženklai?

- raudonos dėmės ant šviesiaodžių vaikų odos;
- violetinės ir (arba) melsvos dėmės ant tamsiaodžių vaikų odos;
- oda gali jaustis karšta, sukietėjusi ar švelni ir (arba) atrodyti blizgi;
- gali atsirasti pūslių ar įtrūkimų;
- gali atsirasti sukietėjusių ar patinusių vietų, kurios gali būti skausmingos.

## Kodėl jūsų vaikui gali atsirasti slėginė opa?

Visiems vaikams gali išsivystyti slėginė opa, tačiau kai kurie jų yra labiau tam linkę.

Pavyzdžiui:

- riboto judumo vaikai, tarkime, jei jūsų vaikas serga ir turi ilgai gulėti lovoje, sėdėti kėdėje ar vežimėlyje, arba jei dėl ligos ar sveikatos būklės jam sunku pakeisti padėtį be kitų asmenų pagalbos;
- vaikai, besinaudojantys įranga, kuri gali apriboti jų judėjimą arba sukelti spaudimą ir (arba) trintį, pavyzdžiui, vežimėlį, šlapimo kateterio vamzdelius, gastrostomijos vamzdelį, įtvarą, kūno/ korsetinę petnešą, gipso įtvarą, prisotinimo zondą, veido kaukę, intraveninį kateterį (intraveniniams vaistams);
- vaikai, kurie blogai maitinasi ir negeria pakankamai vandens;
- vaikai, turintys per mažą svorį ar antsvorį, nes tai gali turėti įtakos jūsų vaiko judrumui ir odos būklei, todėl ji gali būti lengviau pažeidžiama;
- vaikai su kraujotakos ar kvėpavimo sutrikimais, turinčiais įtakos jų kraujotakai;
- vaikai, kuriems dėl šlapimo nelaikymo ar prakaito padidėja kūno drėgmė ir atsiranda išbėrimai nuo sauskelių;
- vaikai, kurie anksčiau turėjo slėginę opą;
- vaikai, kurie sunkiai serga arba yra operuojami;
- vaikai, kurie turi pažeistas nugaros smegenis ir (arba) negali jausti skausmo visame kūne ar jo dalyje;
- vaikai, kurie šiuo metu jau turi slėginę opą;
- vaikai, kurie ilgą laiką turi aukštą temperatūrą.

## Kuo galite padėti?

Vaiko tėvai ir (arba) globėjai atlieka labai svarbų vaidmenį padėdami prižiūrėti vaiko odos būklę. Jūsų sveikatos priežiūros specialistas turėtų patarti, kaip galima geriausiai sumažinti ar palengvinti spaudimą tose odos vietose, kuriose gali atsirasti slėginės opos.

Specialistas turėtų patarti:

- dėl teisingos sėdimos ir gulimos padėties;
- kaip padėti vaikui, esančiam sėdimoje ir gulimoje padėtyse;
- kaip dažnai vaikui reikia judėti ar jį judinti į kitą padėtį lovoje ar kėdėje;
- dėl vaiko kojų atramos;
- dėl geros laikysenos išlaikymo;
- kokią įrangą turėtumėte naudoti ir kaip ją naudotis.

Galima imtis svarbių priemonių:

### Oda

Kasdien tikrinkite savo vaiko odą – kai prausiate ir rengiate vaiką, galite atidžiai apžiūrėti

jo odą dėl įspėjamųjų slėginių opų atsiradimo požymių

, ir **nedelsiant** pranešti apie visas susirūpinimą keliančias sritis sveikatos priežiūros specialistui. Svarbu anksti pastebėti simptomus, kad būtų galima imtis priemonių ir išvengti slėginės opos atsiradimo.

## Paviršiai

Pasitarkite su savo vaiko sveikatos priežiūros specialistais dėl specialiųjų čiužinių ir įrangos. Jie galės pakonsultuoti jus apie konkrečią įrangos naudą ir riziką bei padės nuspręsti, ar jūsų vaikui jų reikia.

## Nuolatinis judėjimas

Vaikas turi kuo daugiau judėti – vaikščioti ir kiek tik įmanoma keisti padėtį. Padrąsindami ir (arba) padėdami savo vaikui kuo dažniau keisti padėtį sumažinsite spaudimą kaulėtoms kūno dalims. Vaikai, kurie naudojami neįgaliųjų vežimėliais, turi dažnai judėti savo kėdėje, kad sumažėtų spaudimas apatinėje kūno dalyje. Jei jūsų vaikui jau išsivystė slėginė opa, reikėtų vengti gulėti ar sėdėti ant jos, nes tai tik pablogins būklę.

Būtina vengti spaudimo ir trinties – įsitikinkite, kad vaikas neguli ant vamzdelių, laidų ar kitos įrangos. Vaiko patalynėje neturi būti raukšlių, kurios gali sukelti trintį. Visada naudokite specializuotas slystančias paklodes, norėdami keisti vyresnių vaikų padėtį, svarbu netempti vaiko, kai jis perkeliamas. Jei jūsų vaikas nešioja gipso longetę, įtvarą ar kūno ir (arba) korsetines petnešas ir pan., nedelsdami įspėkite savo vaiko sveikatos priežiūros specialistą, jei turite kokių nors problemų.

Reguliariai tikrinkite įrangą – paprašykite, kad jūsų vaiko ergoterapeutas ir kineziterapeutas tinkamai sureguliuotų vežimėlį, pagalvėles ir įtvarus, ir nedelsiant praneškite jiems apie bet kokias šios įrangos problemas.

## Šlapimo ar išmatų nelaikymas

Vaiko oda turi būti švari ir sausa – prauskite ir džiovinkite odą, kai tik ji yra sutepta. Džiovindami vaiko odą, švelniai ją paglostykite, netrinkite jos. Reguliariai drėkinkite sausą odą. Galima naudoti apsauginį kremą ar purškiklį, kuris padėtų apsaugoti jūsų vaiko odą nuo šlapimo, išmatų, prakaito ar gleivių sukeltų žaizdų. Jais reikia naudotis atsargiai.

## Mityba

Būtina įsitikinti, kad jūsų vaikas gerai valgo ir geria – padėkite savo vaikui laikytis gerai subalansuotos mitybos, kad būtų gausu šviežių vaisių, daržovių ir baltymų turinčių maisto produktų (pavyzdžiui, mėsos, žuvies, kiaušinių, sūrio ir pieno produktų), arba jei jiems priklauso mišiniai enterinei mitybai, būtina turėti visus mišinius ir vandenį pagal dietologo nurodymus. Skatinkite vaiką gerti pakankamai skysčių, ypač vandens, kad oda būtų minkšta ir elastinga.





## Praktiniai patarimai

### Būtinai:

- dažnai keiskite vaiko padėtį – kai jis guli lovoje ar sėdi kėdėje, ilgai būti vienoje padėtyje yra nesveika;
- gerai prižiūrėkite savo vaiko odą – ji turi būti švari ir ne per daug drėgna;
- skatinkite vaiką laikytis sveikos subalansuotos mitybos;
- naudokite įrangą pagal jūsų sveikatos priežiūros specialisto nurodymus;
- apžiūrėkite vaiko odą, pastebėję raudonų dėmių ar tamsiai violetinių vietų kuo greičiau praneškite apie tai specialistams.

### Niekada:

- nesėdėkite ant guminės pripučiamos žiedo formos pagalvėlės (tai gali sukelti daugiau žalos);
- nemasažuokite ir netrinkite spaudimo veikiamų vietų;
- netempkite vaiko per drėgną ar suglamžytą patalynę;
- nenaudokite avių vilnos spaudimui sumažinti;
- neleiskite neperšlampamai patalynai susiglamžyti vaikui ant jos gulint – jei galite, nenaudokite šio tipo patalynės;
- nebandykite savarankiškai gydyti slėginės opos, kreipkitės pagalbos į savo sveikatos priežiūros specialistą ir (arba) audinių gyvybingumo srityje besispecializuojančią slaugytoją.

**Jei turite klausimų ar susirūpinimų dėl savo vaiko odos arba norėtumėte gauti daugiau informacijos, pasikalbėkite su slaugos darbuotoju, prižiūrinčiu jūsų vaiką ligoninėje ar namuose.**

Šio lankstinuko turinys adaptuotas iš naujausio „NICE“ informacinio lapelio „Slėginės opos – prevencija, gydymas ir priežiūra“ bei vietos sveikatos priežiūros ir socialinės rūpybos tarnybos slėginių opų lankstinukų.

Daugiau informacijos:

- Slėginės opos – prevencija, gydymas ir priežiūra  
[www.nice.org.uk/guidance/cg179](http://www.nice.org.uk/guidance/cg179)
- Slėginių opų prevencija: Greitasis vadovas  
[www.pha.site/hDfT](http://www.pha.site/hDfT)
- Mitybos vaidmuo slėginių opų prevencijoje ir gydyme:  
Nacionalinė slėginių opų tyrimo grupė  
Oficialusis leidinys  
[www.pha.site/journals-lww-com](http://www.pha.site/journals-lww-com)
- „Your Turn“ (angl. Jūsų eilė)  
[www.your-turn.org.uk](http://www.your-turn.org.uk). Taip pat žr. PHA (angl. Nacionalinis visuomenės sveikatos centras) medžiagas čia:  
[www.publichealth.hscni.net](http://www.publichealth.hscni.net)





**Public Health Agency**

12-22 Linenhall Street, Belfast BT2 8BS.

Tel: 0300 555 0114 (local rate).

[www.publichealth.hscni.net](http://www.publichealth.hscni.net)

Find us on:

