

פצעי לחץ

!
חשוב
לדעת



מטופל ומשפחה יקרים,

דף זה מכיל מידע על פצעי לחץ, הדרכים והאפשרויות למניעתם במהלך האשפוז בבית. קבוצות אשר נמצאות בסיכון להתפתחות פצעי לחץ כוללות אנשים מבוגרים המרותקים למיטה, חולים כרוניים וצעירים המוגבלים בניידות כגון: נפגעי חוט שדרה. ישנם מספר גורמי סיכון המגבירים את הסיכון להתפתחות פצע לחץ:

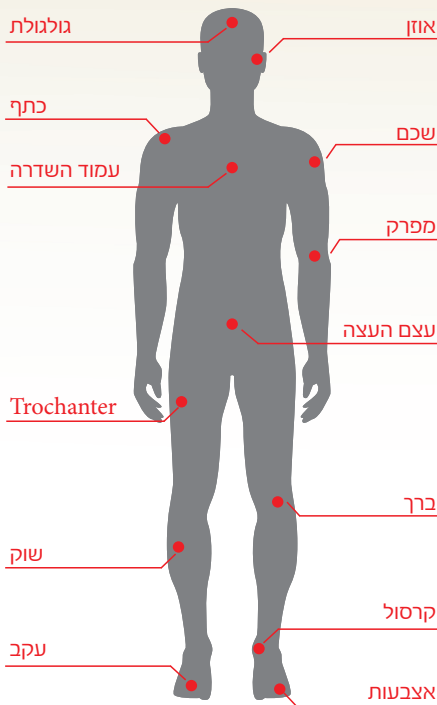
- ◀ מחלות מערכת התנועה
 - ◀ חוסר שליטה על סוגרים
 - ◀ חוסר תחושה כתוצאה מפגיעה נירולוגית
 - ◀ מחלות ממאירות
 - ◀ תת משקל
 - ◀ מצב תזונתי ירוד
 - ◀ קושי בניידות לאחר ניתוח או טראומה הכרוכה בהגבלה בתנועה
 - ◀ ירידה בתפקוד יום יומי עקב שינויים מנטליים
- יש לציין כי לא כל מטופל הנמצא באחת מקטגוריות אלו בהכרח יפתח פצע לחץ, אך בהחלט נמצא בסיכון גבוה יותר בהשוואה לאוכלוסייה בריאה.

מהו פצע לחץ ?

פצע לחץ הינו תהליך בו רקמה נדחסת בין בליטת עצם לבין משטח קשה לפרק זמן ממושך. דחיסה זו גורמת להפרעה באספקת הדם לאותה רקמה וכך מתחיל להיווצר פצע לחץ.

בשלב הראשון האזור הנפגע יהיה בצבע אדום ובהמשך יתפתח לכיב עד פגיעה בשריר ובעצם. פצע לחץ הינו כואב, גורם לחוסר נוחות ועלול לגרום לזיהום מקומי / מערכתי.

פצעי לחץ יתפתחו בדרך כלל באזניים, כתפיים, מרפקים, ירכיים, עצם הזנב, עכוז, עקבים וכד' (ראה איור). פצעי לחץ יכולים להתפתח תוך פרק זמן קצר של לחץ הרקמה אך לוקחים זמן רב עד להחלמה.



מה גורם לפצע לחץ ?

גורמי הסיכון העיקריים להתפתחות פצעי לחץ :

- ◀ חוסר יכולת לשנות תנוחות, שיתוק, מחלה חריפה או כרונית.
- ◀ ניתוח - לחץ ממושך על העור גורם לדחיסה של כלי דם המספקים לעור חמצן.
- ◀ כוחות חיכוך וגזירה הנגרמים משפשוף ומהחלקה במיטה או בכיסא.
- ◀ פגיעה עצבית וירידה בתחושה.
- ◀ אי שליטה זמנית או קבועה על הסוגרים שתן ו/או צואה.
- ◀ ירידה במצב התזונתי וחוסר של נוזלים.
- ◀ תזונה הינה גורם משמעותי בהתפתחות פצעי לחץ ובתהליך ריפוי הפצע.
- ◀ ירידה במצב ההכרה ו/או במצב הקוגניטיבי.
- ◀ מצב רפואי - מחלות כגון אי ספיקת לב, מחלות כלי דם, אי ספיקת כליות וכד'.



הנחיות למניעת פצעי לחץ

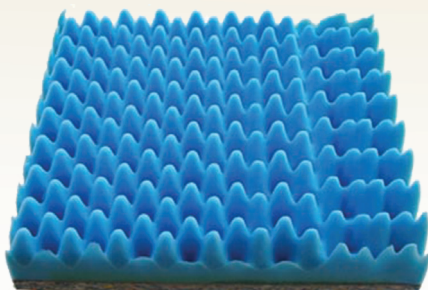
- ◀ הגבל את הלחץ.
- ◀ בשכיבה במיטה הקפד לשנות תנוחות לפחות כל 2-3 שעות.
- ◀ בישיבה בכיסא הקפד לשנות תנוחה לפחות כל שעה. אם אתה מסוגל להזיז את עצמך עליך לשחרר לחצים כל 30 דקות.
- ◀ השתמש באביזרי מניעה כמו: מזרונים, כריות, מגני עקב ומגני מפרקים המפזרים את הלחץ על שטח פנים גדול יותר.
- ◀ אל תגרור את עצמך על הסדין בעת שינוי תנוחה או תזוזה במיטה.
- ◀ המנע מתנועות חוזרות כגון שפשוף הרגליים על הסדינים.
- ◀ הקפד על היגיינה של העור.
- ◀ השתמש בקרם או משחה להגן על העור.
- ◀ אפשר לאיש צוות להסתכל על עורך לפחות אחת ליום.
- ◀ אם אתה מבחין בקיום אזורים חריגים על העור יש ליידע את האחות בהקדם

האפשרי.



- ◀ אין לשפשף או לעסות את העור מעל חלקים גרמיים של גופך.
- ◀ הקפד שמראשות המיטה לא יעלו על 30 מעלות.
- ◀ המנע משכיבה ישירות על עצם הירך, שכב על הצד בזווית 45 מעלות והיעזר בכריות לתמיכה.
- ◀ השתמש בכריות כדי למנוע מגע ושפשוף בין הברכיים והקרסוליים.
- ◀ המנע משימוש באביזרים כגון: "בייגלה" היות והם גורמים לפגיעה ברקמות העמוקות.

◀ הקפד לשמור שהעקבים יהיו באוויר !



מה לעשות אם התפתח פצע לחץ ?

- ◀ בעזרת טיפול נכון מרבית פצעי הלחץ יחלימו. החלמת פצע לחץ תלויה במצב בריאותך הכללי, מצבך התזונתי וכמות נוזלים מספקת, שחרור לחצים מהפצע, ניקוי וחבישה נכונה של הפצע.
- ◀ ריפוי פצעים כרוך בעבודת צוות ודורשת שיתוף הפעולה שלך ושל המטפל העיקרי שלך.
- ◀ תוכנית הטיפול תתבסס על אומדן הפצע, הערכה וטיפול בהתאם, תוך התייחסות לכל גורמי הסיכון.
- ◀ פצעי לחץ ניתנים למניעה.

מניעת פצעי לחץ הינה האחריות של כולנו!!!



מתאמת פצע עומדת לרשותך:

גב' איבט כחלון: 052-6132276

בנוסף, לרשותך נאמנת פצעים במחלקה.
לבירורים יש לפנות למזכירת המחלקה.

© כל הזכויות שמורות לבית חולים לניאדו



רחוב דברי חיים 16 קרית צאנז, נתניה | 09-860-46-66 | www.laniado.org.il