

6 Złotych Zasad Profilaktyki Przeciwoodleżynowej



Odciążanie punktów ryzyka

- Ruch pacjenta jest kluczowy. Należy unikać nadmiernego i stałego nacisku na ciele pacjenta. Mogą w nich powstawać zaczerwienienia, a w konsekwencji pojawiać się odleżyny.

Zapoznaj się z miejscami ryzyka powstawania odleżyn - więcej na naszej stronie internetowej w dziale [odleżyny](#).



Prawidłowe odżywianie i nawodnienie pacjenta

- Bardzo ważny aspekt współczesnego leczenia i zapobiegania schorzeniom. Należy szczególnie dbać o dietę osób narażonych na powstawanie odleżyn (chorujących przewlekle, cukrzyków).



Higiena ciała pacjenta

- Dokładne przemywanie całego ciała, wysuszenie go.



Monitorowanie stanu skóry

- Kolejnym krokiem jest sprawdzenie, czy przypadkiem nie powstają zaczerwienienia lub inne zmiany skórne. Ważne jest sprawdzanie ich szczególnie "w punktach ryzyka".



Edukacja o odleżynach

- Edukacja dotyczy zarówno pacjenta jak i opiekuna. Stale warto się kształcić w zakresie leczenia i prewencji. Na naszej stronie internetowej znajdziesz [materiały poradnikowe na ten temat](#).



Współpraca z zespołem opieki

- Nie bój się zasięgnąć porady specjalisty! Odleżyny są bardzo poważnym schorzeniem. Należy je zwalczać jak najskuteczniej i reagować od razu.