

- Evitare la posizione seduta sul letto perché favorisce la frizione della pelle a causa dello scivolamento della persona sul piano del letto e aumenta la pressione sull'osso sacro favorendo lo sviluppo di ulcere (Fig. 1)

- Per evitare la frizione della pelle:

- articolare il letto con la testata a non più di 30° e tenere gli arti sollevati per evitare lo scivolamento (Fig. 2)

- per spostare la persona nel letto sollevarla con la traversa

- utilizzare un arcuccio alza-coperte per evitare la frizione sulle punte dei piedi (Fig. 2)

- Nella posizione supina evitare la pressione sui talloni tenendoli sollevati con un cuscino posizionato da sotto il ginocchio a sotto il piede, escludendo il tallone (Fig. 2).

Staff Direzione Aziendale
REDAZIONE WEB
© AOU Careggi, Firenze

Aprile 2018
i/903/05

Azienda
Ospedaliero-Universitaria
Careggi

Sede Legale:
Largo G.A. Brambilla, 3
50134 - Firenze

Centralino:
Tel. 055.794.111

aouc@aou-careggi.toscana.it

aoucareggi@pec.it

Ufficio Relazioni
con il Pubblico:
Tel. 055.794.7790

urp@aou-careggi.toscana.it

FOTOGRAFIA DI COPERTINA:
Archivio Fotografico
della Regione Toscana

DISEGNI:
REDAZIONE WEB
© AOU Careggi, Firenze - 2011

infoPAZIENTE



La Prevenzione delle Ulcere da Pressione

Informazioni per il familiare
o caregiver dei pazienti con ridotta
capacità di movimento autonomo



Azienda
Ospedaliero
Universitaria
Careggi



www.aou-careggi.toscana.it

COSA SONO LE ULCERE DA PRESSIONE?

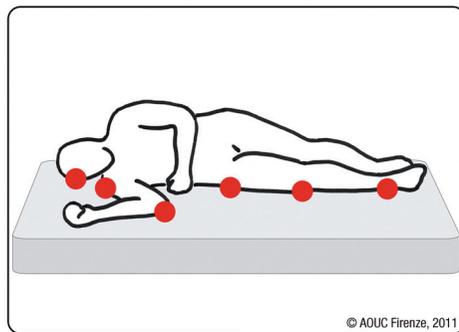
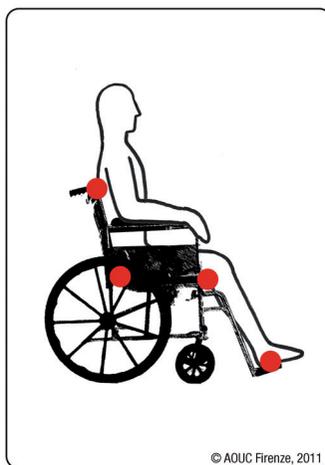
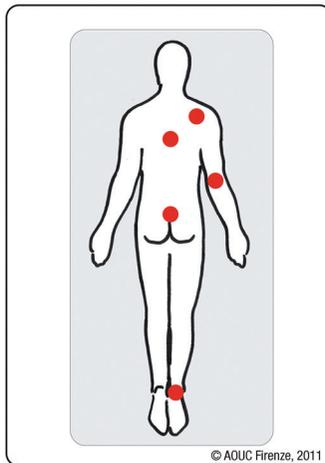
Le ulcere da pressione sono lesioni della pelle dovute principalmente all'immobilità prolungata che provoca lo schiacciamento dei vasi sanguigni e la scarsa ossigenazione delle zone sottoposte a pressione; ciò avviene, per esempio, quando i tessuti sono schiacciati tra una sporgenza ossea e il piano del letto o della poltrona.

Maggiore è il tempo di permanenza nella stessa posizione e maggiore sarà il danno ai tessuti della pelle, fino a formare una lesione detta ulcera da pressione.

La gravità di queste ulcere varia a seconda di quanto i tessuti possono aver sofferto: da un livello minimo di arrossamento superficiale, fino a un livello massimo di ulcera profonda che può raggiungere anche il muscolo e l'osso.

QUANDO C'È IL RISCHIO DI UN'ULCERA DA PRESSIONE?

I fattori di rischio che favoriscono l'insorgenza di un'ulcera da pressione sono: incapacità di movimento, lunga permanenza a letto o su una sedia, incontinenza per feci ed urine, malnutrizione, ridotta lucidità mentale.



DOVE SI MANIFESTANO?

Le parti del corpo più soggette alla pressione sono indicate in rosso nei disegni qui a fianco.

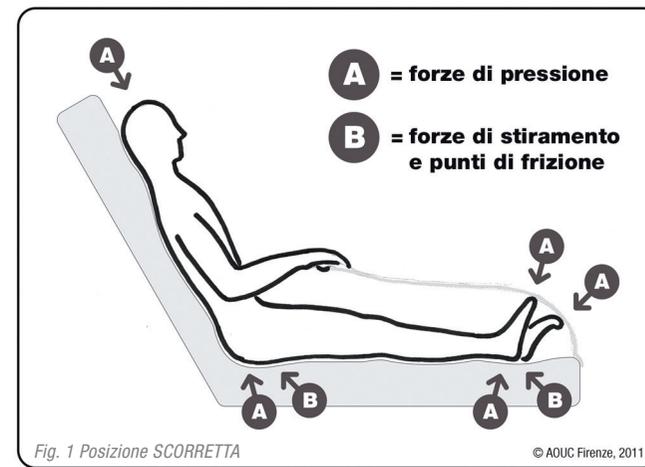
Il rischio di ulcere da pressione aumenta con l'aumentare della difficoltà da parte della persona a mantenersi autonoma nel movimento e a comunicare le proprie necessità e il proprio disagio rispetto alla posizione.

Coloro che si prendono cura e la assistono dovranno tentare di stimolarla a raggiungere la maggiore indipendenza possibile per mantenere attive le sue capacità di movimento e le sue facoltà intellettive di relazione e di memoria.

COME SI POSSONO PREVENIRE LE ULCERE DA PRESSIONE?

Igiene

- Controllare almeno una volta al giorno la pelle di tutte le zone a rischio per rilevare arrossamenti
- Non massaggiare energicamente sulle prominenze ossee perché causa un danno maggiore
- Evitare acqua troppo calda, adoperare detergenti neutri, poco schiumosi e facilmente risciacquabili
- Mantenere la cute asciutta
- Evitare l'utilizzo di talco perché favorisce la presenza di batteri, e le soluzioni alcoliche



perché seccano la pelle rendendola più fragile

- Idratare con massaggio lieve le zone a rischio con creme idratanti

Gestione dell'incontinenza urinaria e fecale

- Proteggere la cute dal contatto diretto di urine e feci

- Utilizzare creme ad azione barriera a base di ossido di zinco

- Usare pannoloni e/o mutande assorbenti e sostituirli almeno ogni tre ore

Alimentazione

- Controllare che non ci siano grossi cambiamenti di peso corporeo in breve tempo

- Assicurare una dieta varia di proteine (uova, carne, pesce, legumi), vitamine (frutta, verdura), carboidrati (pasta, pane), liquidi (tè, caffè, succhi)

- In caso di poco appetito frazionare i pasti durante la giornata

- In caso di diarrea, vomito o stitichezza avvertire il medico

- In accordo con il medico curante, utilizzare integratori alimentari

Gestione della postura

- Utilizzare materassi antidecubito in schiuma o ad aria con motore, e cuscini antidecubito per poltrona. Per le persone invalide vengono erogati dal SSN e possono essere prescritti dal medico curante. Non utilizzare presidi come la ciambella o i velli sintetici

- Alternare la posizione della persona allettata almeno ogni 2 ore: fianco destro, fianco sinistro, supino. Se può essere messa seduta in poltrona, tenercela per non più di un'ora e usare un cuscino antidecubito