

RAZJEDE, PRELEŽANINE, DEKUBITUSI

Piše: višja medicinska sestra Vanja Vilar

Razjeda zaradi pritiska je kakršna koli poškodba tkiva, ki nastane zaradi pritiska, trenja in strižne sile. Razlikuje se po velikosti in globini.

Pritisk na kožo stisne male krvne žile, ki jo prehranjujejo in ji prinašajo hrano in kisik. Če zaradi pritiska kisik in hrana ne prideta do kože, tkivo odmre in nastane razjeda. Pri pravočasnem prenehanju pritiska se koža obnovi in ne pride do razjede.

Pri drsenju po postelji ali stolu se krvne žile raztegnejo ali prekinejo in ponovno pride do razjede. Celo drgnjenje ali masiranje kože lahko povzroči manjše razjede.

DEJAVNIKI, KI ZAVIRAJO CELJENJE RAZJEDE

ZMANJŠANA PRESKRBA S KISIKOM

Pri pomanjkanju kisika v tkivih je bistveno upočasnjeno celjenje rane. Kisik je ključnega pomena pri tvorbi novih mladih tkiv kot tudi pri kontroli infekcije. Zmanjšana preskrba s kisikom lahko nastane zaradi različnih obolenj (respiratornih motenj, kardiovaskularnih motenj, avtoimunske bolezni, anemije, dolgotrajnega šokovnega stanja, sladkorne bolezni in bolezni pljuč in srca).

PODHRANJENOST

Je zelo pogost vzrok slabega celjenja ran. Pri bolniku z veliko rano je potreba po kalorijah in beljakovinah znatno bolj povečana kot pri drugih bolnikih. Pri odprtih ranah se beljakovine izločajo z izločkom. Pogosto pri teh bolnikih nastanejo tudi otekline, ki še dodatno zavirajo celjenje ran. Celjenje upočasnijo tudi pomanjkanje vitaminov C in A, ki sodelujeta pri nastanku novih tkiv. Za normalno celjenje so potrebne tudi mineralne snovi - posebej cink, baker in železo.

ZMANJŠANA ODPORNOST PROTI INFEKTU

Posebno so prizadeti bolniki z motnjami imunskega sistema, diabetesom in kroničnim infektom.

STAROST

Po 30. letu starosti se začenja opazno pešanje določenih funkcij imunskega sistema, obnavljanja, večja dovzetnost za poškodbe ter večja verjetnost nastanka razjede zaradi pritiska. Rane se vse slabše celijo.

PSIHOSOCIALNI DEJAVNIKI

Zdrav duh v zdravem telesu se odraža kot ubranost duha in telesa. Pomembna je sposobnost pozitivnega mišljenja in spremljanja življenja v celoti.

LOKALNI DEJAVNIKI, KI ZAVIRAJO CELJENJE RANE

HIPOKSIJA – SLABA PRESKRBA S KISIKOM

Rane, ki so slabo prekrvljene, se počasi celijo. Če snovi, ki so potrebne za celjenje, kot so kisik, beljakovine, vitamini in minerali, zaradi slabe prekrvavljenosti tkiva počasi prihajajo do rane, se rana slabo celi celo pri dobro prehranjenem bolniku.

SUHO OKOLJE V RANI

Do poznih sedemdesetih let so menili, da je idealno okolje za celjenje rane suho. Ne le da je bilo suho celjenje ran ustaljena praksa, menili so, da je vlažno celjenje ran škodljivo. Toda **Georg Winter** je to mnenje ovrgel in dokazal, da se rane v vlažnem okolju celijo hitreje kot v suhem.

PADEC TEMPERATURE

Teorija, ki podpira TOPLO celjenje ran, pravi, da se proces delitve celic upočasni, če pade temperatura. Pade temperature zavira delovanje levkocitov. Tudi ogledovanje rane moti njeno celjenje, zato ne odstranjujemo oblog, da bi preverjali njeno celjenje. Gaza vzdržuje temperaturo rane približno pri 27 stopinjah, pene in hidrokoloide pa pri 35 stopinjah.

MRTVO TKIVO IN ODVEČNI IZLOČEK

Odmrlo tkivo, tujki in odvečni izloček negativno vplivajo na celjenje rane. Povzročajo, da je rana dalj časa v vnetni fazi celjenja, in preprečujejo nastanek novega tkiva. Preveč izločka oziroma tekočine v rani bo povzročilo oteklino in prizadetost okolne kože.

PONAVLJAJOČE SE POŠKODBE

Večina ljudi se verjetno spominja bolečin ob previjanju rane, ko smo prisušene obloge namakali ali pa smo jih na hitro odtrgali. Tradicionalne obloge, kot je gaza, se redno primejo na rano. Obloga se najprej napoji z izločkom iz rane, se posuši in trdno prilepi na rano. Ko jo odstranimo, z njo odtrgamo tudi novo tkivo. To povzroči tipičen karirast vzorec na površini rane, s tem pa rano vrnemo na prvotno stopnjo celjenja.

Razjede zaradi pritiska so kronične rane, ki jih glede na globino in prizadetost tkiva razvrstimo na pet stopenj:

STOPNJA: BLEDA RDEČINA – prisotna je rdečina kože, ki po prenehanju pritiska počasi izgine. Če pritisnemo s prstom na rdečino, ta pobledi, kar kaže, da je prekrvitev na tem mestu še ohranjena.

STOPNJA: STALNA RDEČINA IN MOŽNA POŠKODBA KOŽE - na lahen pritisk prsta rdečina ostane, kar kaže na prekinjeno prekrvitev in vnetje. To je že delna poškodba povrhnjice in usnjice. Pojavita se odrgnina in mehur.

STOPNJA: DERMALNA RANA - prizadeto je vse kožno tkivo, delno tudi podkožje. Prisotna je že suha ali vlažna mrtvina.

STOPNJA: GLOBOKA RANA - sega v mišičje, ki je oteklo in vneto. Rana napreduje v širino in globino.

STOPNJA: VNETO MRTVO TKIVO - mišica hitro propada, rana se širi do kosti in sklepov. Nastajajo podkožni rovi. Kroničnim ranam, kot je razjeda zaradi pritiska, moramo zagotoviti čim bolj idealne razmere za celjenje. To pa so: vlažno okolje, nepoškodovano okolje, toplo okolje, očiščenje odmrlega tkiva in izločka, zaščita pred mikroorganizmi in tujki.

ČIŠČENJE RAZJEDE ZARADI PRITISKA

S čiščenjem razjede odstranjujemo odmrlo tkivo, mikroorganizme in obloge iz razjede. Za to lahko uporabljamo sterilne elektrolitske raztopine, ki omogočajo elektrolitsko ravnovesje v razjedi. Najpogosteje sta to fiziološka raztopina in Ringerjeva raztopina, ogreta na telesno temperaturo, ker s tem preprečimo ohlajanje rane. Zelo priporočljivo je prhanje razjed z mlačno vodo in tekočim milom. Milo polijemo nad razjedo in ga s prho speremo prek nje. Pri tem se iz razjede izperejo tudi organski in anorganski odpadki. Mnenja glede uporabe antiseptikov so ta čas v svetu zelo različna. Učinek antiseptikov na razjedi so vprašljivi, ker nimajo dovolj časa, da bi uspešno delovali na razjedi. Uspešni so le, če so dolgo časa v stiku z bakterijami, pri čiščenju razjede tega pogoja ni.

NAČINI ČIŠČENJA RAZJED

Najboljši način za čiščenje je irigacija - izpiranje, ker pri tem ne poškodujemo mladih zdravih celic. Najpogosteje se uporabljajo brizgalke, velikost prilagodimo glede na razjedo. Tekočino iz brizgalke izbrizgamo pod pritiskom, s tem iz razjede izperemo in odstranimo mikroorganizme. Enak učinek ima tudi prhanje. Pri čiščenju okolice razjede z zloženci

uporabljammo sterilne rokavice in ne peanov ali pincet. Če je rana čista, izločka pa malo ali nič, se čiščenje in previjanje ran odsvetuje, ker s ponavljajočim se čiščenjem rano samo poškodujemo, odstranjujemo že novo nastalo tkivo, ji znižujemo temperaturo in odstranjujemo izloček, ki ima baktericidne lastnosti.

Zdaj je na voljo ogromno oblog, ki so namenjene zdravstveni negi in oskrbi rane. Vsaka rana je edinstvena in zasluži individualno zdravstveno oskrbo.

Obloga, ki jo bomo namestili na rano, mora imeti naslednje lastnosti: vzdržuje optimalne razmere za zdravljenje, vzdržuje vlažno okolje, zagotavlja temperaturno izolacijo, zagotavlja neprepustno oviro za mikroorganizme, se ne lepi na rano, odstranimo jo brez bolečin in poškodbe tkiva, ni je treba pogosto menjavati, dobro vpija izločke in toksične snovi,

zmanjšuje oteklino in bolečino, omogoča izmenjavo vodnih hlapov in plinov, rana je zaščitena pred okoljem, omogoča kontrolo celjenja brez odstranitve, zmanjšuje neprijeten vonj, obdrži kakovost delovanja, bolniku omogoča visoko psihofizično udobje.

Glede na sestavo in delovanje pa obloge delimo:

PROZORNI FILMI

To so polprepustni lepljivi filmi, sestavljeni iz tanke poliuretanske membrane, prevlečene z plastjo akrilnega lepila. Obloga je prepustna za vodne hlape in kisik. Ustvarja vlažno okolje, ki pospešuje celjenje razjede.

Uporabljammo jih za oskrbo razjede prve stopnje. Film naj bo nameščen vsaj 7 dni, pri preventivni uporabi lahko tudi 14 dni.

HIDROKOLOIDI

So visoko vpojne obloge, ki so slabo prepustne za atmosferski kisik. Sestavljeni so iz poliuretanske pene, želatine, pektinov, polimerov, celuloze in prozornega filma. Vpijajo izloček in ustvarjajo mehko vlažen želatinast sloj. Razjedo toplotno izolirajo in v njej ustvarjajo blago kislo okolje, ki pomaga encimom pri odstranjevanju mrtvega tkiva. Obloge pospešujejo nastanek mladega zdravega tkiva in blažijo bolečine, ker živčne končiče ohranjajo vlažne. Ko se čez podlogo prikaže utekočinjena podlaga, je potrebna menjava prej, kot se tekočina razlije na prosto. Gel, ki nastaja na notranji strani, ima značilen vonj in je rumenkast na pogled in ga ne smemo zamenjati z videzom vnetih razjed.

Uporabljammo jih za odstranjevanje suhe in vlažne mrtvine, za oskrbo razjed prve in druge stopnje, v kombinaciji z zapolnitvenimi materiali (pasta) pri globokih čistih razjedah, pri golenji razjedi, za kritje odvzemnih mest kožnega presadka. Najboljše delovanje obloga doseže, če ostane na razjedi vsaj tri do štiri dni. Na razjedi obloga lahko ostane sedem dni. Ne uporabljamo jih pri vnetih razjedah.

HIDROGELI

Dodajajo vlago suhim mrtvinam, zato jih uporabljamo za njihovo odmakanje. Pri vlažnih mrtvinah pa hidrogeli vpijajo vlago in na ta način odstranjujejo odmrlo tkivo.

Uporabljammo jih za oskrbo razjed tretje, četrte in pete stopnje. Potrebujejo še dodatno oblogo. Če oskrbujemo suho mrtvino, lahko uporabimo prozorne filme, pri vlažnih mrtvinah pa se priporočajo visoko vpojne penaste obloge. Na razjedi lahko ostane do tri dni.

ALGINATNE OBLOGE

Obloge so kombinacija kolagena in alginata, ki se ob navzočnosti izločka spremenijo v fibrozni gel. Ta oblogi omogoča visoko sposobnost vpivanja izločka in s tem ustvarja vlažno okolje. Kalcijeva alginatna vlakna vsrkajo tudi mikroorganizme.

Uporabljamo jih za razjede tretje, četrte in pete stopnje s srednje do veliko izločka, posebno pri tistih razjedah, kjer so se pojavili rovi in kanali, in pri vnetih razjedah, pri golenji razjedi, na odvzemnih mestih presadkov kože, za oskrbo diabetičnega stopala, za ishemične razjede.

Potrebujejo tudi dodatno oblogo. Na razjedi lahko ostanejo pet do sedem dni, odvisno od izločka.

PENASTE OBLOGE

So iz poliuretanov ali polimerov, nekatere vsebujejo tudi poliuretanski gel. Sestavljene so troslojno. Spodnja plast je nelepljiva za razjedo, srednja plast deluje kot močan absorbens, zgornja plast pa je prekrita z prozornim filmom in preprečuje kontaminacijo razjede iz okolice. Izloček iz razjede se vsrka v srednjo in zgornjo plast in ne ostaja na razjedi. Paziti moramo, da se nam razjede preveč ne izsušijo.

Posebno priporočljive so za razjede tretje, četrte in pete stopnje z veliko izločka, pri golenji razjedi, pri diabetičnem stopalu, na odvzemnih mestih kožnega presadka. Menjavamo jih glede na spremembo barve na površini, na razjedi lahko ostane do pet dni.

S pravilno oblogo lahko znatno skrajšamo čas celjenja razjede, bolniku omogočimo visoko psihofizično udobje in ne nazadnje tudi zmanjšamo stroške zdravljenja.