

Prevence a časná léčba dekubitů u pacientů s poškozením míchy

Co je dekubit?

Dekubit je nehojící se rána kůže nebo tkáň pod ní. Může se rozvinout i z drobné oděrky nebo otlaku. Nejčastěji vzniká v místech, kde se pod kůži nachází kostní vyvýšenina.

Proč vzniká dekubit?

Ztráta citlivosti pod úrovní léze, ztráta svalové hmoty a horší prokrvení tkání jsou příčinou větší náchylnosti ke vzniku dekubitů působením mechanických či fyzikálních sil:

- tlak
- střížné síly
- teplo či chlad
- vlhko

Jak nejčastěji vzniká dekubit?

- dlouhodobým sedem nebo lehem bez odlehčení nebo změny polohy
- sedem bez použití sedacího polštáře nebo na nevhodném polštáři
- nevhodným oblečením, nenošením obuvi
- tlakem různých částí vozíku
- nešetrnými přesuny, zejména bez oděvu
- nešetrnou manipulací s DKK
- neřešenou inkontinencí a nedostatečnou hygienou
- sedem u ohně, kamen, ústředního topení
- opařením horkou vodou při hygieně
- převážením horkých nápojů na klíně
- delším pobytem v mrazu
- nezdravým životním stylem (alkohol, kouření, stres)

Jak zahojit dekubit?

Důležitá je včasná léčba, zejména dodržováním striktních režimových opatření. Pokud se na kterékoliv části těla objeví zarudnutí přetrvávající déle než 12 hodin, puchýř či jiné poškození kůže, je třeba okamžitě zajistit úplné odlehčení postižené oblasti. Přetrvávající tlak omezuje přítok krve do rány, což brání hojení a dále zhoršuje poškození tkání.



V současné době jsou k dispozici různé možnosti, jak hojení dekubitu podpořit. Odumřelou tkáň na povrchu defektu lze mechanicky rozrušit, tzv. vlhké hojení potom zajistí speciální materiály, které vytvářejí optimální prostředí v ráně. Nikdy se to však neobejde bez úplného odlehčení, které zajistí dostatečný přívod krve a živin a umožní tak hojení dekubitu. Strava musí být bohatá na bílkoviny.

Hojení dekubitu při úplném odlehčení



Zahájení léčby

4 týdny

7 týdnů

Jak vypadá dekubit?

Zpočátku může dekubit vypadat jako malé přetrvávající zarudnutí kůže, otlak, nebo drobná oděrka způsobená například nešetrným přesunem. Pokud se v této fázi postižené místo zcela neodlehčí, postižená tkáň začíná odumírat. Na povrchu se vytváří bílošedý povlak, který ovšem zasahuje i hlubší struktury a může postupně zčernat. Když se odumřelá tkáň odloučí, vznikne hluboká dutina, ze které může vytékat zapáchající tekutina. V této fázi je již tkáň napadena infekcí.



Některé dekubity se rozvíjejí postupně „zevnitř“ a nejsou proto na první pohled patrné, můžeme je však vyhmátat jako zatvrdnutí pod kůží. Při přetrvávajícím tlaku se nedostatečně prokrvená tkáň infikuje a dochází k provalení obsahu přes kůži formou píštěle. Stav je obvykle doprovázen celkovými projevy infekce. V dalším stádiu je infekcí napadena i kost a dekubit se stává téměř neřešitelným. Pacient může zemřít na celkové vyčerpání organismu způsobené chronickým zánětem celého těla.



Jak zvládnout změnu režimu při hojení dekubitu?

I zdánlivě malá oděrka vyžaduje určitý čas na hojení, a to zpravidla delší, než bychom očekávali. Může trvat i několik týdnů, než začnou být patrné viditelné známky hojení, tedy postupně zmenšování defektu. Pro vozíčkáře znamená dekubit sedacích partií nutnost ulehnot na lůžko. Pokud asistenci nemohou poskytnout Vaši blízcí, je třeba hledat pomoc u organizací domácí péče ve Vašem okolí. Je třeba se připravit na situaci, že budete zcela upoutáni na lůžko a to i na jídlo a hygienu.

Co se může stát, pokud nedodržím uvedená doporučení?

Pokud se nezahájí odlehčení dekubitu okamžitě po jeho zjištění a rozvine se hluboký defekt, stává se velmi obtížně řešitelným až neřešitelným. Postupně dochází k celkovému vyčerpání organismu, kachektizaci a rozšíření infekce do celého těla, což může někdy vést až k nutnosti vysoké amputace končetiny.



Řešení nelze hledat v „pěstování“ si dekubitu za normálního režimu bez trvalého odlehčení a v čekání na plastickou operaci. Prevence, včasný záchyt a aktivní přístup k léčbě jsou tou jedinou správnou cestou.

Jak se dekubit projevuje?

Při ztrátě citlivosti pod úrovní míšní léze nemůže být dekubit vnímán bolestivě. Může se však projevit nárůstem spasticity nebo příznaky autonomní dysreflexie (mrazení v zátylku, pocení, zarudnutí v obličeji a na krku, bolesti hlavy, někdy nucení na zvracení). V pozdějších stádiích může být dekubit doprovázen celkovými projevy infekce, jako je zimnice, horečka, malátnost a nechutenství.

Jak předcházet dekubitu?

- pravidelnými změnami polohy
- správně nastaveným vozíkem
- dostatečně volnou obuví i oděvem
- kvalitní matrací
- kvalitním funkčním sedacím polštářem
 - výměna po uplynutí užité doby
 - výměna při poškození
- každodenní kontrolou funkčnosti sedacího polštáře
 - přiměřené nafouknutí
 - rozprostření koloidního gelu pod sedacími partiemi
- šetrnými přesuny a manipulací s DKK
- důkladnou hygienou včetně šetrného osušení kůže
- zdravou výživou a životním stylem, optimální hydratací, udržováním tělesné hmotnosti
- zvýšenou opatrností vůči působení tepla a chladu
- dostatkem správně zvoleného tělesného pohybu
- pravidelnou ranní a večerní kontrolou zatěžených částí těla

SPINÁLNÍ JEDNOTKA VARUJE: DEKUBIT MŮŽE ZPŮSOBIT SMRT

VŽDY JE TŘEBA HLEDAT PŘÍČINU, PROČ SE ZAČAL DEKUBIT ROZVÍJET

ZÁSADNÍM CÍLEM JE, ABY DEKUBIT NEVZNIKL

Co mám dělat, když se objeví zarudnutí na kůži nebo drobný defekt?

- Nepodceňujte jakékoliv zarudnutí, puchýř nebo oděrku.
- Pokud se taková komplikace objeví, okamžitě zcela odlehčete postižené místo.
- I s malým zarudnutím neváhejte kontaktovat ambulanci hojení ran Spinální jednotky FN Motol.
- Rádi se Vám pokusíme poradit i v případě, že již pravidelně navštěvujete jinou odbornou ambulanci nebo máte zajištěné pravidelné ošetření dekubitu v domácím prostředí.

Můžete se obrátit na vrchní i staniční sestru nebo kteréhokoliv z lékařů Spinální jednotky FN Motol s žádostí o radu, jak postupovat a jakým způsobem zvládnout režim i péči na lůžku. Kontaktujte nás telefonicky, nebo emailem, nejlépe s fotografiemi defektu. Poradíme Vám, jak podpořit hojení a jak maximálně urychlit rekonvalescenci.

Spinální jednotka při Klinice RHB a TVL
2. LF UK a FN v Motole
V Úvalu 84, Praha 5, 150 06
tel.: 224439208 nebo 9254
email: spinalka@fnmotol.cz

Norway grants

Spinální jednotka
Praha

SCI DAY
5th September
For A Spinal Cord Injury Inclusive World

MŮŽETE NÁS KONTAKTOVAT TELEFONICKY NEBO EMAILEM