

Kai liga prikausto prie lovos

Straipsnis iš žurnalo "Šeimininkė".

Violeta Gustaitytė

2012.06.22

Ir jauną, ir seną įvairūs sunkūs susirgimai, traumos gali ilgam laikui paguldyti į ligos patalą. Yra neįgaliųjų, kurie visą gyvenimą priversti tik gulėti, neretai ligų apsunkinta senatvė nebeleidžia judėti ir senoliai negali pakilti iš lovos. Ilgai gulinčių ligonių slauga – nelengva, jiems reikalinga ypatinga priežiūra, beveik visiems jiems yra pragulų susidarymo rizika.

Atsiveria žaizdos



Ligonio slauga – ne tik daug kantrybės, atsidavimo, bet ir žinių reikalaujanti sritis. Labai dažnai užklupus bėdai žmonės būna jai nepasiruošę ir nežino, kaip tinkamai prižiūrėti iš patalo nepakylantį ligonį, todėl neretai susidaro pragulos. Jos dažniausiai formuojasi žmonėms, negalintiems be kitų pagalbos pasiversti.

Pragulos – tai vietiniai odos, poodinių ir gilesnių audinių pažeidimai, išsivystantys dėl sutrikusios kraujotakos, deguonies aprūpinimo bei audinių mitybos nepakankamumo

spaudžiamose kūno paviršiaus vietose.

Pragulų (žaizdų) dažniausiai atsiranda tose vietose, kur kaulai yra arčiausiai kūno paviršiaus ir labiausiai slėgia paviršinius audinius bei tose vietose, kurios remiasi sėdint ar gulint: kryžkaulio, uodegikaulio, kulnų srityse, ties šlaunikaulio didžiaisiais gumburais, klubakaulio dygliais, menčių kraštais, alkūnėmis, pakaušiu, šonkauliais.

„Jei negalintis pasiversti ligonis, ypač stambesnis, nebūna pakankamai vartomas, neguli ant specialaus priešpragulinio čiužinio, tuomet deguonis nepatenka prie prispaustos odos ir kyla didžiulė rizika susidaryti praguloms, – teigia Lietuvos sveikatos mokslų universiteto Kauno klinikų filialo Onkologijos ligoninės Paliatyviosios onkologijos skyriaus vadovė gydytoja onkologė Dalia Skorupskienė. – Per mažai vartomam ligoniui sutrinka odoje kraujotaka, išplonėja oda. Iš pradžių atsiranda paraudimas, uždegimas, o vėliau gali susiformuoti ir pragulos: atsiveria žaizdos. Jos gali opėti, darytis gilesnės, jų kraštai nekrozuoja.“

Pragulų atsiradimas nėra vien nepakankamai tinkamos slaugos rezultatas: ligonį per mažai ar nevykusiai variant, kai dėl nuolatinės trinties nukenčia paviršinis odos sluoksnis. Pragulų susidarymui įtakos turi ir bloga bendra organizmo būklė, nusilpęs imunitetas, odos jutimų sutrikimas senyvame amžiuje ar sergant diabetu, odos pažeidimai, mažakraujystė.

„Pragulų gydymui naudojami specialūs, hidrokoloidiniai tvarsčiai, yra kitų įvairių priemonių, tačiau, kai žaizdos pasidaro gilios, sunku tikėtis, kad jos pilnai užgis“, – aiškina gydytoja D. Skorupskienė.

Nepavykus pragulų išgydyti medikamentais, prireikia ir chirurginių intervencijų.

Nepasiruošę slaugyti

Senyvo amžiaus, ilgą laiką gulinčių žmonių oda yra labai plona, sausa, odos kraujotaka bloga, todėl ji ypač pažeidžiama.

Valstybiniuose ir privačiuose senelių globos namuose, slaugos ar palaikomojo gydymo ligoninėse dirba specialistai, kurie turi pakankamai žinių ir gali pasirūpinti pragulų profilaktika. Lengviau pragulų išvengti, nei jas išgydyti. Kai žmonės namuose prižiūri savo jau nebegalintį ne tik vaikščioti, bet ir lovoje pasiversti artimajį, ne visada moka tai daryti tinkamai ir neretai dėl nežinojimo gali pabloginti slaugomojo būklę.

„Dauguma žmonių būna nepasiruošę slaugyti sunkiai susirgusį artimajį, – tvirtina gydytoja onkologė D. Skorupskienė. – Jei po gydymo ir slaugymo periodo ligoninėje pacientas vyksta į namus, gydymo įstaigos slaugytojos turėtų padėti jo artimiesiems – paaiškinti ir pamokyti, kaip reikia prižiūrėti ilgai gulintį ligonį. O ir

patys ligonio artimieji, atsidūrę tokioje situacijoje, turi ieškoti pagalbos, kad nebūtų blogiausia: kai parsiveža ligonį namo, paguldo ant sofutės ir nežino, iš kurios pusės prie jo prieiti, kaip jį paversti, pamaitinti, kaip išspręsti tualetu problemas. Dažnai tokius ligonius vargina ir šlapimo nelaikymas, reikia jiems keisti sauskelnės, būna ir į šlapimo pūslę įvedami kateteriai, kuriuos reikia laikas nuo laiko keisti. Artimieji turi tam pasiruošti, jei slaugo namie.“

Iš patalo nepakylančių ligonių oda po sauskelnėmis yra silpnesnė, jautresnė, ją labiau dirgina šlapimas. Tokia terpė labai palanki praguloms atsirasti.

Svarbi profilaktika

Ligonių, kuriems atsiranda pragulų, slauga ir gydymas yra sudėtingas, ilgai trunkantis, ne visada efektyvus, todėl labai svarbi pragulų prevencija.

„Reikia imtis visų įmanomų priemonių, kad nesusidarytų pragulos. Jei ligonis visai nejudantis, jį reikia vartyti dažnai, – ragina Onkologijos ligoninės Paliatyviosios onkologijos skyriaus vadovė gydytoja onkologė D. Skorupskienė. – Jei galima, reikėtų keisti slaugomojo kūno padėtį: kad kurį laiką pagulėtų ant vieno šono, paskui – ant kito, o ne tik ant nugaros. Paklodė turi būti lygi, be raukšlių. Labai gerai, jei ligonis guli ant priešpragulinio čiužinio – taip oda gauna mikromasažą.“

Kaskart keičiant ligonio kūno padėtį reikėtų apžiūrėti jo odą, ar nėra paraudimų. Jei į juos nebus kreipiama dėmesio, bus pažeisti poodiniai ir gilesni audiniai. Todėl, vos tik įtarus besiformuojančią pragulą, svarbu kuo greičiau imtis odos apsaugos priemonių. Reikia stebėti, kad ligonis negulėtų ant raustančios vietos. Kartais daroma klaida, kai imama masažuoti odos paraudimą, nes tikimasi pagerinti kraujotaką, tačiau taip tik dar labiau sužalojami pažeisti audiniai.

„Labai svarbi slaugomo ligonio higiena: reikia tinkamai prižiūrėti odą, ją valyti, palaikyti švarią, sausą. Būtina vėdinti ir patalynę, ir patalpą, kurioje slaugomasis guli. Pragulų profilaktikai gali pagelbėti ir lengvas masažas, žinoma, jei nėra kontraindikacijų“, – teigia gydytoja D. Skorupskienė.

Reikia vengti nubrozdinimų, naudoti orui pralaidžias sauskelnės, įklotus, tepti odą specialiais, pragulų profilaktikai skirtais apsauginiais kremais.

Pragulos gali susiformuoti ne tik gulintiems, ilgą laiką nekeičiantiems kūno padėties ligoniams, bet ir sėdintiems vežimėlyje. Todėl, jei žmogus sėdi vežimėlyje, kas 15-20 minučių reikėtų keisti atramos taškus. Spaudimui į audinius mažinti patariama naudoti specialias pagalvėles.

Jei ligonis įstengia, rekomenduotina, kad jis atliktų bent minimalius judesius. Pavyzdžiui, miklintų čiurnos sąnarį, pamaigytų delne kamuoliuką, darytų raumenų tempimo pratimus ir pan. Net ir minimalūs judesiai gerina gulinčiojo būklę.

Išnaša:

Jei po gydymo ir slaugymo periodo ligoninėje pacientas vyksta į namus, gydymo įstaigos slaugytojos turėtų padėti jo artimiesiems – paaiškinti ir pamokyti, kaip reikia prižiūrėti ilgai gulintį ligonį. O ir patys ligonio artimieji, atsidūrę tokioje situacijoje, turi ieškoti pagalbos, kad nebūtų blogiausia: kai parsiveža ligonį namo, paguldo ant sofutės ir nežino, iš kurios pusės prie jo prieiti, kaip jį paversti, pamaitinti, kaip išspręsti tualetu problemas.