

Ankieta edukacyjna – odleżyny

| | | | |
|----|---|---|---|
| | Imię i nazwisko..... Poniżej znajduje się 35 zdań na temat odleżyn. Proszę ocenić ich prawidłowość wstawiając krzyżyk w odpowiedniej kratce – P(prawda) lub F(falsz). | | |
| Nr | Stwierdzenie | P | F |
| 1. | Pozostawanie w jednej pozycji dłużej niż 4 godziny sprzyja powstawaniu odleżyn w uciskanych miejscach ciała. | | |
| 2. | Tarcie tzn. ocieranie skóry po szorstkiej powierzchni przy nieprawidłowej technice przesuwania się z jednego miejsca na inne miejsce przy zmianie pozycji i podczas ruchów mimowolnych jest czynnikiem wywołującym powstawanie odleżyn. | | |
| 3. | Chorzy niepełnosprawni ruchowo (z porażeniami kończyn dolnych lub porażeniami kończyn górnych i dolnych) są najbardziej narażeni na powstanie odleżyn. | | |
| 4. | Nietrzymanie moczu i stolca, nadmierne pocenie się (środowisko wilgotne, kwaśny odczyn moczu i kału) nie wywołują uszkodzenia skóry. | | |
| 5. | W pozycji siedzącej odleżyny powstają najczęściej na pośladkach i nad kością ogonową. | | |
| 6. | W pozycji leżącej na plecach odleżyny powstają najczęściej nad kością krzyżową między pośladkami. | | |
| 7. | W pozycji leżącej na boku odleżyny nie powstają na biodrach. | | |
| 8. | Częsta zmiana pozycji jest najlepszym sposobem zapobiegania powstaniu odleżyn, ponieważ powoduje odciążenie miejsc | | |

| | | | |
|-----|--|--|--|
| | narażonych na ucisk. | | |
| 9. | Najbardziej bezpieczne dla chorego jest ułożenie w pozycji półleżącej lub półsiedzącej. | | |
| 10. | Przy układaniu chorego na boku trzeba pamiętać o rozdzieleniu nóg poduszką. | | |
| 11. | Gdy nastąpi zaczerwienienie, które nie znika przy uciśnięciu palcem to należy odciążać miejsca zmienione. | | |
| 12. | Gimnastyka (zaplanowane wcześniej ćwiczenia wykonywane co najmniej 1 raz dziennie) ma istotny wpływ na zapobieganie powstawania odleżyn. | | |
| 13. | Chory ze zmianami odleżynowymi powinien siedzieć lub leżeć na odleżynie. | | |
| 14. | Należy kupować bieliznę i pościel wyłącznie z włókien naturalnych (bawełniane). Nie należy krochmalić pościeli. | | |
| 15. | Przy pielęgnacji skóry można jednocześnie stosować puder i oliwki. | | |
| 16. | Stosowanie zabiegów poprawiających ukrwienie skóry (masażu i oklepywania) pomaga zapobiegać powstawaniu odleżyn. | | |
| 17. | Nie należy stosować podkładów gumowych i ceratowych – zwijają się i uciskają skórę, nie dopuszczają powietrza do skóry. | | |
| 18. | Skórę należy oglądać codziennie(zwłaszcza w miejscach bezpośrednio uciskanych przez kości). | | |
| 19. | Należy używać poduszki przeciwoleżynowej i materacy przeciwoleżynowych. | | |
| 20. | Wilgotna i mokra pościel sprzyja gojeniu się odleżyn. | | |
| 21. | Zbyt długie pozostawanie w jednej pozycji (np. na wózku, cała masa | | |

| | | | |
|-----|---|--|--|
| | ciała jest skupiona na małej powierzchni, co prowadzi do wzmożonego ucisku na pośladki) sprzyja powstawaniu odleżyn. | | |
| 22. | Masa ciała pacjenta ma wpływ na powstawanie odleżyn. Nadwaga powoduje zwiększenie ucisku w tych miejscach, gdzie kości położone bezpośrednio pod skórą uciskają ją prowadząc do martwicy skóry, a przy niedożywieniu cienka skóra bez warstwy tkanki tłuszczowej jest bardziej podatna na uszkodzenie od wzmożonego nacisku powierzchniowego. | | |
| 23. | Powstawaniu odleżyn sprzyjają choroby przebiegające z wyniszczeniem organizmu np. choroby nowotworowe, stany gorączkowe – temp. powyżej 38,0 °C. | | |
| 24. | Codziennie należy myć ciało, a miejsca narażone szczególnie dobrze osuszać. | | |
| 25. | Nie należy kłaść się na guzikach, szwach. | | |
| 26. | Dieta uwzględniająca dużą zawartość białka i soli mineralnych i ograniczenie słodczy zmniejsza ryzyko wystąpienia odleżyn. | | |
| 27. | Należy w miarę możliwości wykonywać codziennie ruchy bierne porażonych części ciała. | | |
| 28. | Nadmierne stosowanie leków uspokajających i znieczulających nie ma wpływu na występowanie odleżyn. | | |
| 29. | Należy pamiętać o krótkim przycinaniu paznokci. | | |
| 30. | Do profilaktyki przeciwoodleżynowej można wykorzystać opatrunki łagodzące ucisk. Stosujemy je w miejscach gdzie wymagane jest złagodzenie ucisku miejscowego np. łokcie, pięty, łopatki. | | |
| 31. | Stosuj talk, puder, zasypkę w dużych ilościach – powstające grudki nie wpływają na powstawanie odleżyn. | | |

| | | | |
|-----|---|--|--|
| 32. | Odleżyna to owrzodzenie skóry, które może powstać w wyniku ucisku lub tarcia. | | |
| 33. | Ważna jest dbałość o czystość bielizny osobistej i pościelowej. | | |
| 34. | Poduszki zmiennościśnieniowe są szczególnie polecane dla osób korzystających z wózków inwalidzkich. | | |
| 35. | Nadmuchiwane opaski na kończyny, można stosować zamiast kólek pod pięty. | | |