



Pragulų profilaktikos ypatumai

**Gyd. Vytautas Vaitkus
RVUL, Vilnius
2018 10 26**

Pragulų apibrėžimas

- Terminas **pragula** (decubitus), kilęs iš lotynų kalbos žodžio decumbere, ką išvertus į lietuvių kalbą reiškia gulėti plokščiai.
- **Pragula** (decubitus) - tai įvairaus laipsnio audinių vientisumo defektai, atsirandantys veikiant išoriniams arba vidiniams veiksniams, sutrikdantiems audinių mitybą.

Kaip atsiranda pragulos?

- Pragulos formuojasi, kai, esant netinkamai padėčiai, tam tikras odos plotas bei po ja esantys audiniai suspaudžiami ir dėl sutrikusio aprūpinimo krauju pažeidžiami. Dažniausiai pragulų atsiranda žmonėms, kurie dėl ligos negali pasikelti iš lovos ar vežimėlio, todėl jos kartais vadinamos „lovos opomis“ (angl. *bedsores*) ar „spaudimo opomis“ (angl. *pressure sores*).

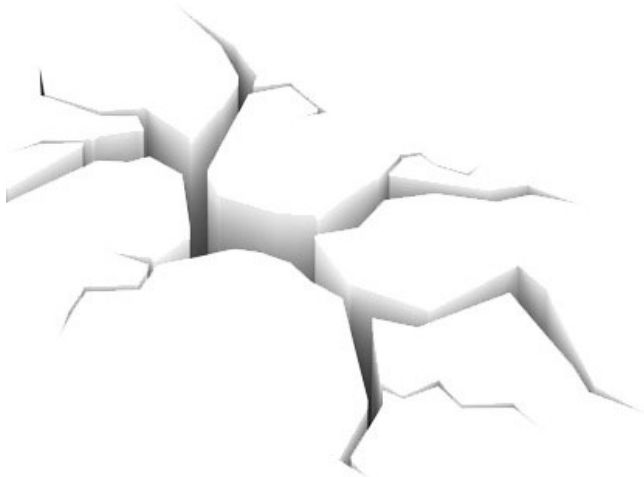
Pragulų rizika

- pragulų rizika gresia visiems ligoniams, bet didžiausia rizika yra sunkiai sergantiems, neurologinių sutrikimų turintiems, mažai judantiems, prastos mitybos žmonėms bei sutrikusią laikyseną ar kūno deformacijų turintiems asmenims.



Kitos pragulų rizikos faktoriai

- to, pragulas gali lemti ir naudojama specialiai nepritaikyta įranga (pvz., vežimėlių ar lovų), neturinti pavojingose vietose spaudimą mažinančių dalių



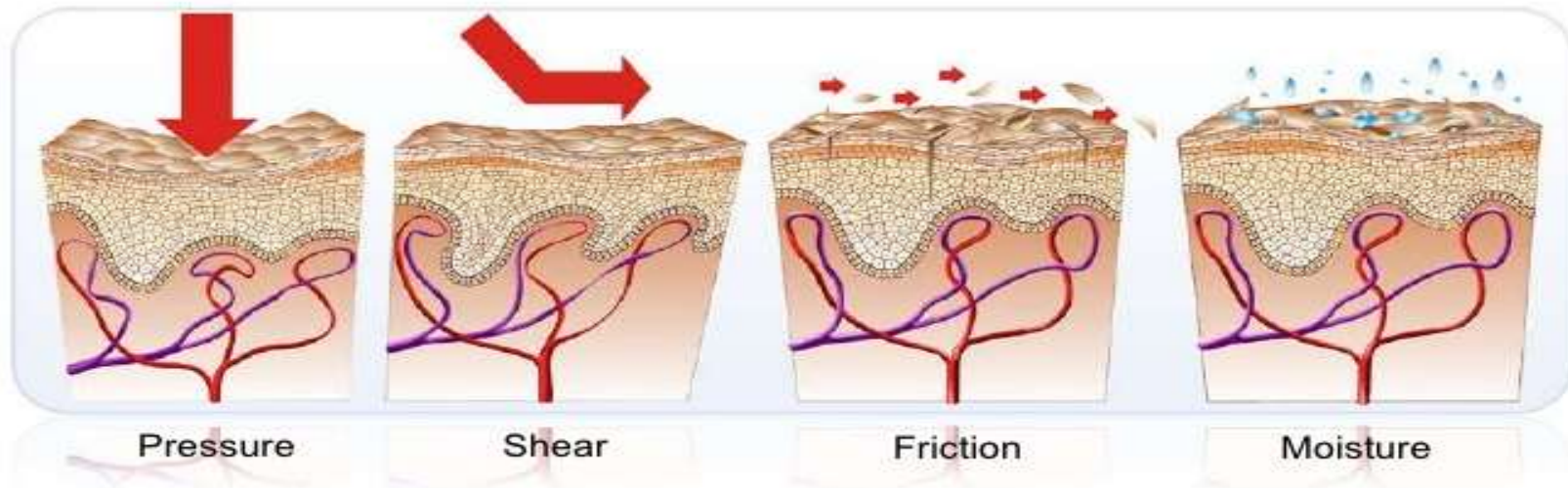
Pragulų rizikos veiksniai

Yra daugybė veiksnių, kurie gali paskatinti pragulų atsiradimą ar būti jų priežastimi.

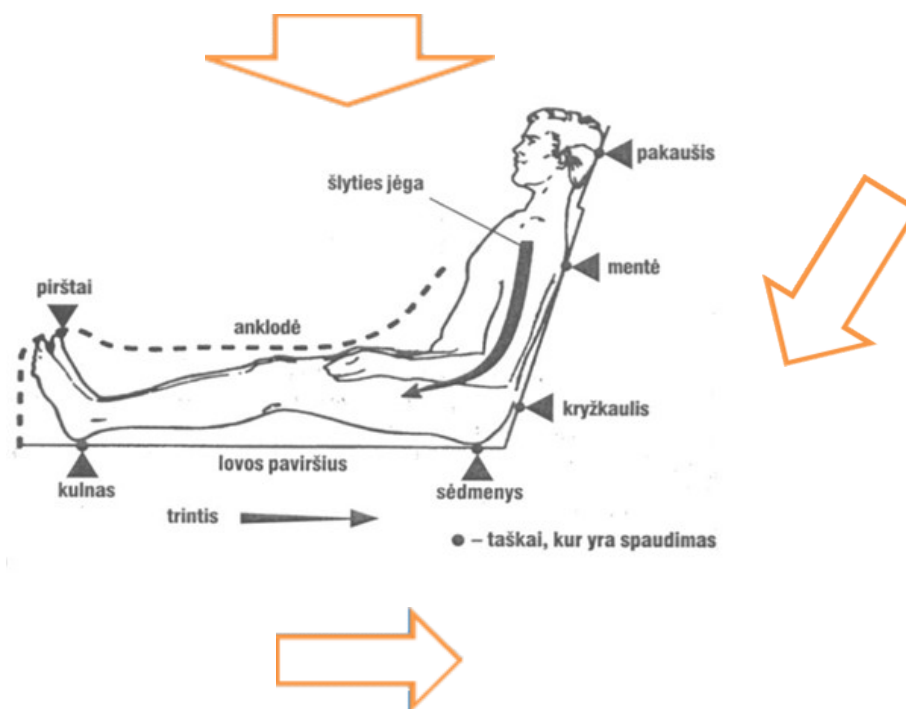
Jie skirstomi į patomechaninius ir patofiziologinius.

Patomechaniniai veiksniai (kitaip vadinami pirminiais):

- **spaudimas (kompresija),**
- **tempimas/slinkimas (plėšimo jėga/šliejimasis),**
- **trintis/trynimasis (nubrozdinimas),**
- **maceracija (drėgmė),**



Ypač didelė rizika atsirasti praguloms, kai susiduria visi 4
Patofiziologiniai veiksniai : spaudimas (kompresija),
tempimas/slinkimas, drėgmė, trintis.



Įtakos pragulų pasireiškimui turintys veiksniai

- spaudimo mastas ir spaudimo trukmė,
- netaisyklingai naudojama perkėlimo technika bei pagalbines perkėlimo priemonės,
- medicininiai įtaisai: endotrachėjiniai vamzdeliai, implantai, nazaliniai vamzdeliai, kateteriai, drenai ir centrinų venų kateteriai.



Skirtingi odos pažeidimai

Drėgmės pažeidimas - visada sukelia drėgmę. Opos kraštai dažnai yra išsklaidyti ar netaisyklingi. Iš drėgmės pažeidimo niekada neišsivysto nekrozė. Dažnai atsiranda odos klostėse kaip paviršinis pažeidimas.

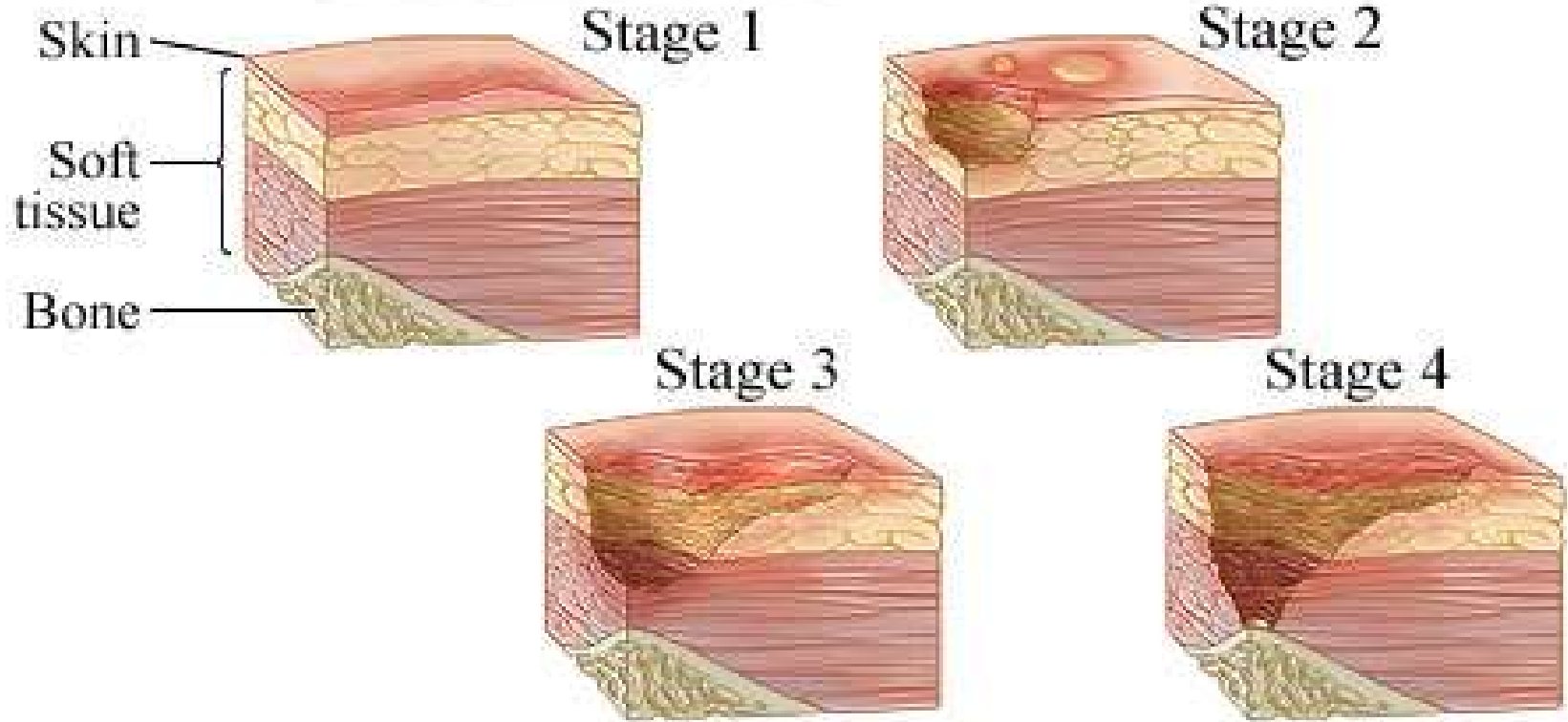


Spaudimo pažeidimas dažnai atsiranda virš atsikišusio kaulo. Žaizdos kraštai paprastai yra aiškiai apibrėžti ir gali išsivystyti nekrozė.



Mišrus pažeidimas.

Pragulų laipsniai

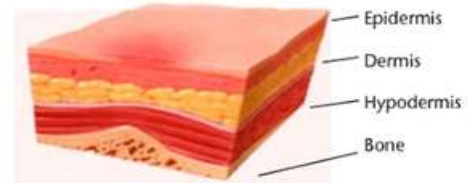


Pragulų laipsniai

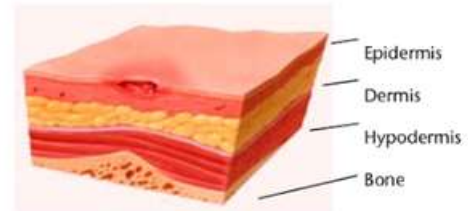
I



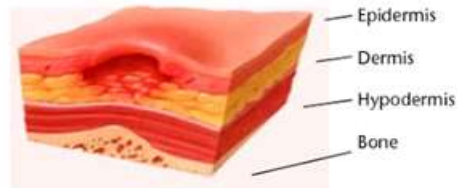
Progression of a pressure ulcer



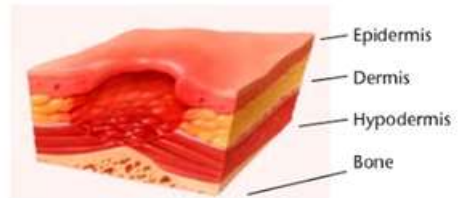
II



III



IV



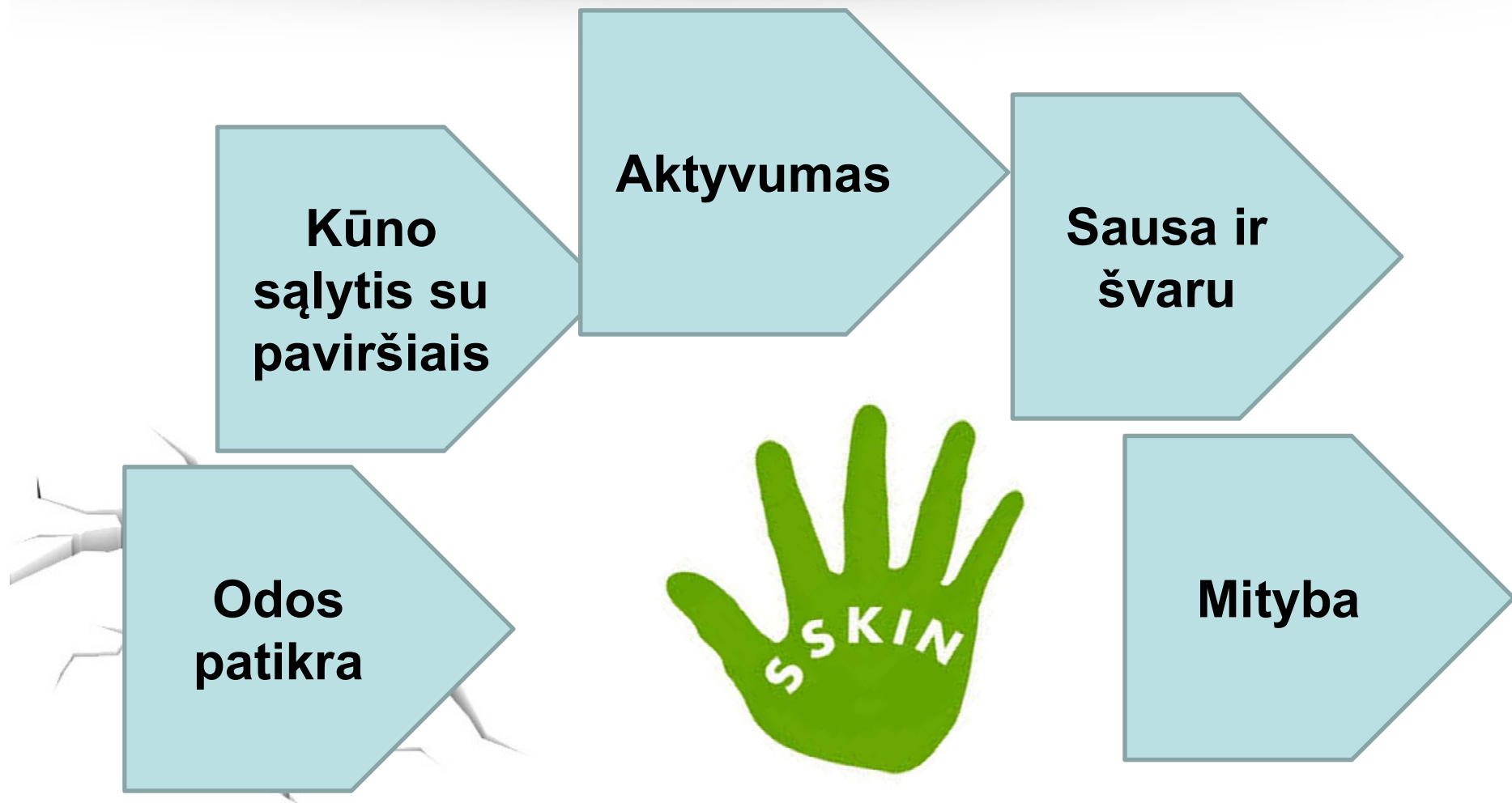
Be apibrėžtos stadijos

EPUAP / NPUAP ir PPPIA

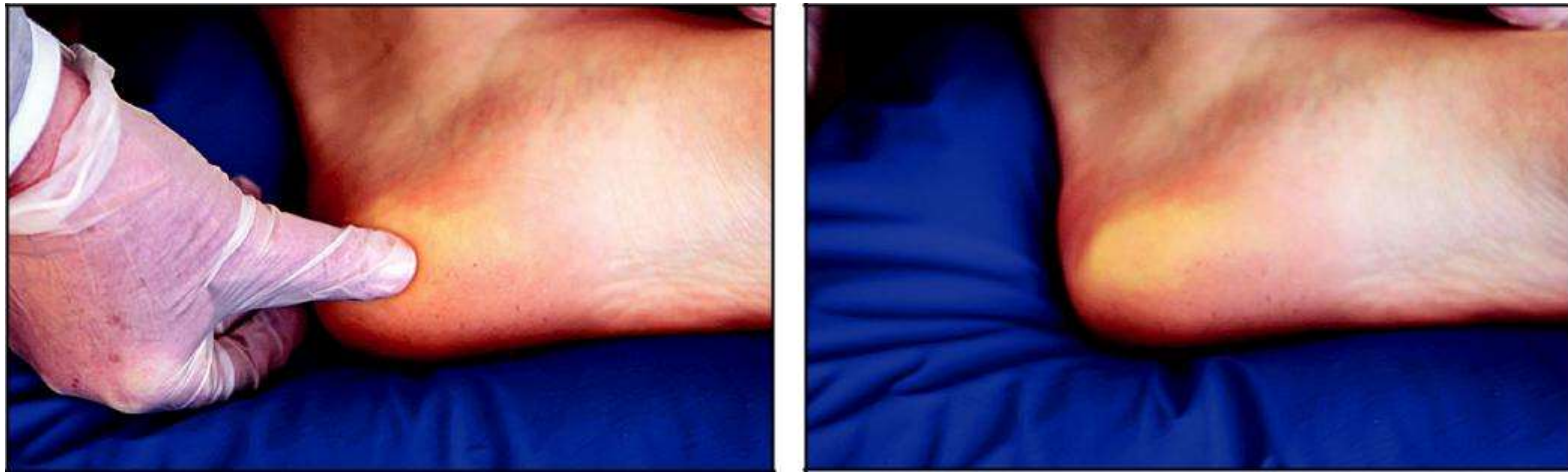
Nežinomas ir/ar įtariamasis gilus audinių pažeidimas: gylis nežinomas, taikomos toms praguloms, kurių dar negalima klasifikuoti



Vienintelis ginklas prieš pragulas - prevencija



Nykšćio testas



Pragulų rizikos veiksniai

- labai sutrikęs judrumas (pvz., patirtas nugaros smegenų pažeidimas);
- labai sutrikę jutimai;
- anksčiau buvusios ar esamos pragulos;
- mitybos sutrikimai;
- negebėjimas keisti kūno padėties;
- ryškus pažinimo funkcijų sutrikimas

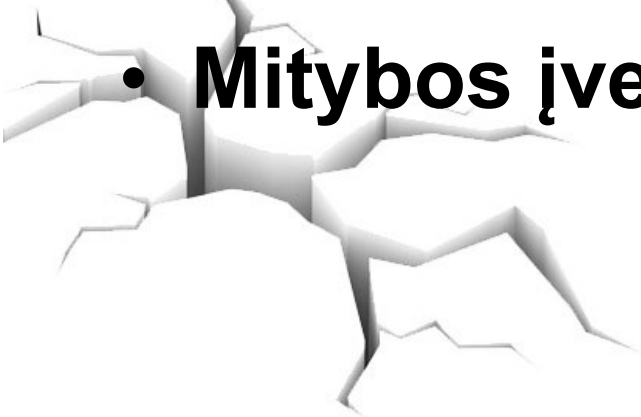
Pragulų rizikos vertinimas

- rizika vertinama reguliariai (pagal nustatytą įstaigos tvarką arba rizikos laipsnį);
- pakitus sveikatos būklei;
- atlikus reikšmingą chirurginę intervenciją;
- **prieš išrašant pacientą.**



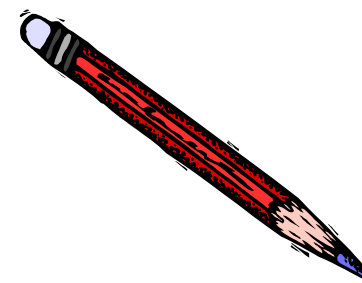
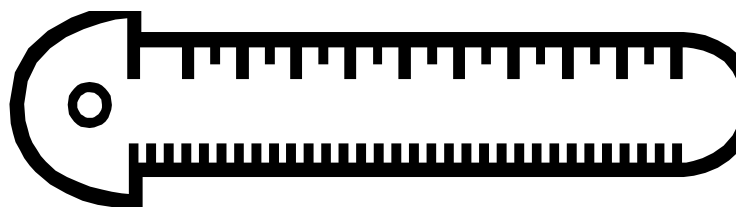
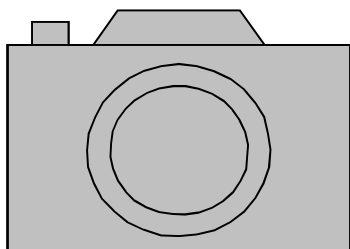
Pragulų rizikos vertinimas

- **Nortono skalė (9,8,7,5)**
- **Modifikuota Nortono skalė**
- **Bradeno skalė**
- **Waterlow skalė**
- **RAPS / RBT**
- **Mitybos įvertinimas - MNA**



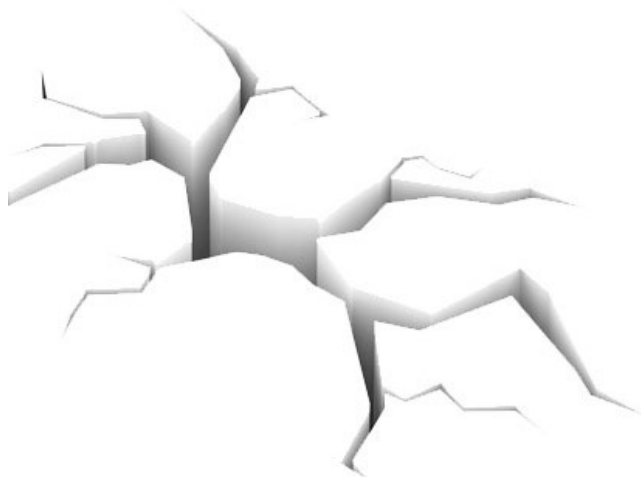
Nustačius odos pažeidimą (pragulą), slaugytojas turi:

- Visų pirma įvertinti pragulas: pragulų skaičių; vietą; stadiją; dydį (cm) - plotį, ilgį, gylį; žaizdos pobūdį; infekcijos požymius (ar yra pūlinių); aplinkinius audinius. Slaugytoja turi mokėti laisvai atpažinti visas keturias pragulų stadijas.
- **Vieta.** Pragulos vietą galima pažymėti lape, nupiešus žmogaus kūno kontūrus, nurodant pragulos nustatymo datą, audinių pažeidimo dydį ir laipsnį.
- **Dydis.** Dažniausiai galima išmatuoti tik žaizdos paviršių specialiu popieriniu ar plastmasiniu metru. Pragulos *dydį* galima įvertinti įvairiais būdais:
- užfiksuoti mažiausiai du žaizdos diametrus skriestuvu ir liniuote, kad pakartotinai atliekant matavimus būtų galima įvertinti ar pragula gyja;
- sudaryti žaizdos žemėlapij, t.y. žaizdos kontūrus nukopijuoti ant permatomo popieriaus. Atliekant pakartotinius vertinimus žaizdos žemėlapius galima palyginti.



Pragulų vertinimo protokolas

Detalus pragulos
aprašymas bent 1 kartą
per savaitę



PRIEDAS

PRANEŠIMAS APIE PACIENTĄ SU PRAGULA IR PRAGULOS VERTINIMAS

Pranešimo data _____

- Pavardė, vardas _____
- Amžius (pūnai metų) _____ lytis: vyras ; moteris
- Ligos istorijos Nr. _____ Hospitalizacijos data _____
- Skyrius, į kurį paguldytas pacientas _____
- Į kur angyko pacientas (rašyti arba pabraukti)
 - į kito skyriaus (kolkio) _____
 - į namų
 - į kitos gydymo įstaigos (rašyti) _____
- Angyko su pragula: TAIP; NE (pabraukti).
- Pragulės klasifikavimas į stadijas pagal jų gydį: 1, 2, 3, 4, (pabraukti pragulos vietą ir užpildyti lentelę).
Pastaba: Pragulės įvertinimas pagal Nentono skalę: balų

Žaizdos vieta (pažymėti)

Kairė		Dešinė		Kairė		Dešinė	
Ranka	Pėda	Ranka	Pėda	Ranka	Pėda	Ranka	Pėda

Pragulės(v) vieta (pažymėti žaizdą, stadiją)	Pragulės dydžius	Pragulės gyris, tūris ir gylis cm.

- Pragula pastebeta 20. _____ (atliekant apžiūrą, procedūras ir pan. (rašyti))
- Pastebėjo: gydytojas, slaugytojas, slaugytojo padėjėjas (pabraukti) ir kiti (nurodyti) _____
- Diagnostė (gydytojas patvirtina spaudu, parašu) _____

11. Profilaktinių priemonių taikymas:

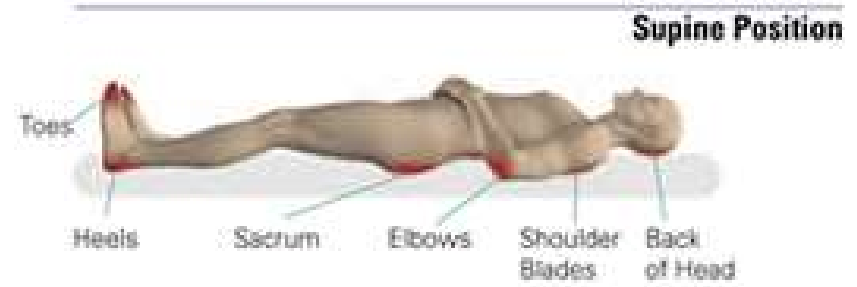
- priemonės odos priežiūrai palaikyti;
- gulėjimo / vartymo režimo nustatymas ir laikymasis, kito padėties keičimo grafikas;
- audinių spaudimo sumatavimas;
- priešpragulio čiužinio naudojimas;
- pagalvėlių naudojimas;
- artimųjų mokymas;
- kita _____

Gydytojo paskyrimų atlikimas:

- tvarsnis su _____;
- tvarsnis su _____;
- tvarsnis su _____;
- tvarsčio keičimas kas _____ val.;
- chirurgo konsultacija;
- nekrotinių audinių šalinimas;
- saugoti žaizdą nuo infekcijos ir stebėti jos gijimą
- kita _____
- kita _____

- Informaciją perdavusio EPS v. pavardė _____
- Galutinio vertinimo data _____
- Įvertinimo rezultatas: visiškai sugijo; dalinai sugijo; nesugijo; pablogėjo;
- Pacientas išrašytas į namus ; perkeltas į kitą skyrių / gydymo įstaigą (rašyti) _____
_____ ; mirė ; kita (rašyti) _____

Rizika priklausomai nuo kūno padėties



Slaugos planavimas

- Suaugusiesiems, kuriems nustatyta didelė pragulų rizika, turi būti sudarytas ir dokumentuotas individualus slaugos planas, atsižvelgiant į:
 - rizikos ir odos būklės įvertinimo rezultatus;
 - papildomų spaudimą probleminėse vietose mažinančių priemonių poreikį;
 - pacientų judrumą ir gebėjimą keisti savo kūno padėtį;
 - gretutines ligas;
 - paciento pageidavimus.

Kūno padėties keitimas

- Suaugusiuosius, kuriems nustatyta pragulų rizika, reikia skatinti keisti kūno padėtį kuo dažniau, mažiausiai kartą per 6 valandas. Pacientams, kurie negeba keisti kūno padėties, reikia pasiūlyti pagalbą ir, jei reikia, pasiūlyti naudotis reikiama įranga. Reikia užrašyti, kaip dažnai pacientui būtina keisti kūno padėtį.

Kūno padētis – priemonės

Spaudimo perskirstymas / spaudimo palengvinimas



Slaugos pagalbinės priemonės



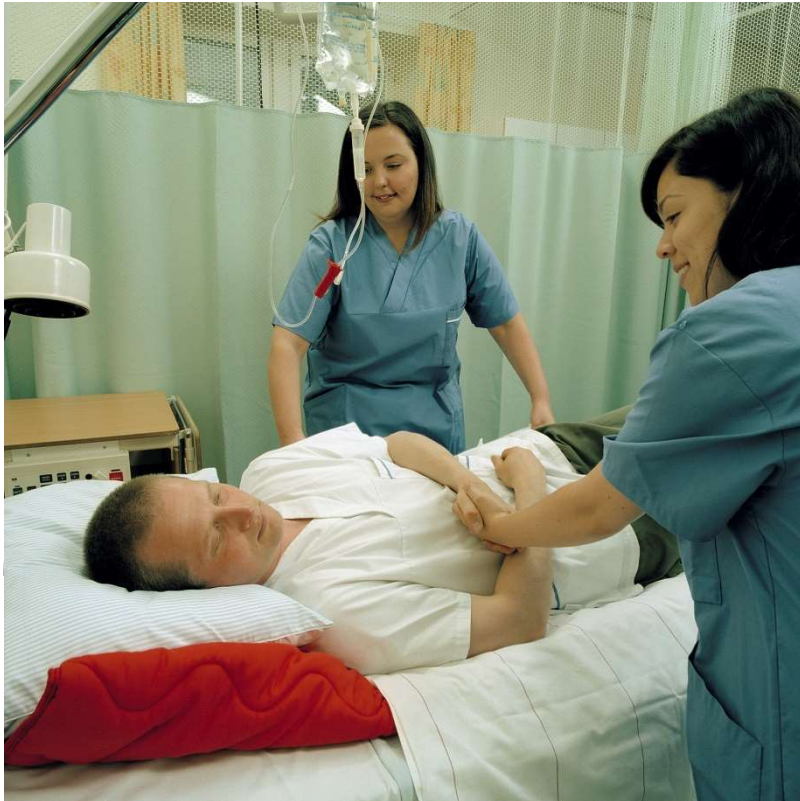
Slaugos pagalbinės priemonės



Slaugos pagalbinės priemonės



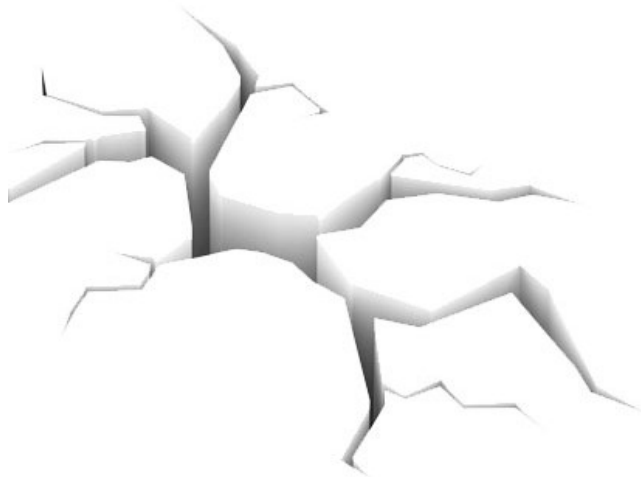
Kūno padēties keitimas



Kūno padėties keitimas

- Svarbu nepažeisti paciento odos jį verčiant ar keliant. Slaugytojo rankos turėtų būti sausas, švelnios, nagai trumpai kirpti, lygūs ir nudilinti. Nereikėtų mūvėti žiedų, segtis laikrodžio. Pozicijos keitimas, ypač kėlimo judesys, turi būti atliekami labai tiksliai pagal reikalavimus.
- Keičiant padėtį pacientą reikia pakelti, o ne tempti (traukti), kad nebūtų odos trynimo ir pažeidimo.

Priemonēs atliekant ilgas intervencijas





CARTOONSTOCK.com

ACME
ADJUSTABLE
BED

Search ID: jcen648

PUSH
REMOTE
TO RETURN
TO FLAT
POSITION

Carter

Paciento aktyvinimas



Tikslas: paciento aktyvumas per parą ne mažiau kaip 6 valandas. Paciento aktyvumu laikoma: fizinė veikla gulint, aktyvus dalyvavimas asmens higienoje, sėdėjimas nuleistomis kojomis, vaikščiojimas, kineziterapijos užsiėmimai.

Kraujotakos gerinimas - elektroterapija

- Nuoseklios cirkuliacijos prietaisas -
Pneumatinės kompresijos įrenginys



Prieš parenkant gydymo taktiką, labai svarbu suvokti opos audinių būklę

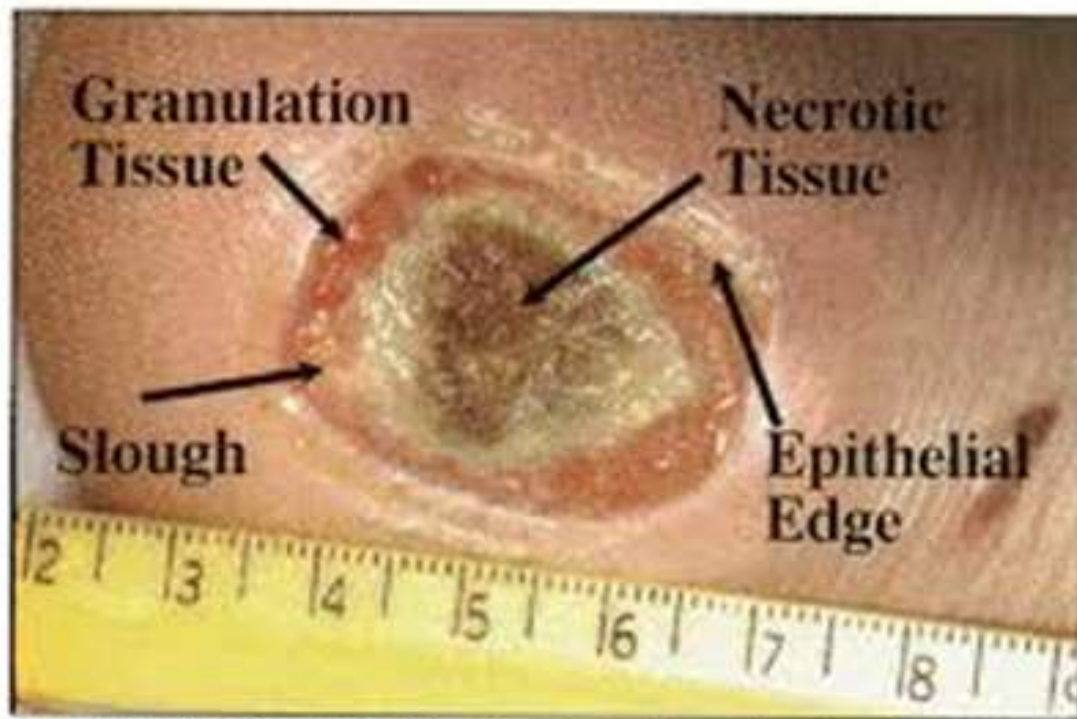


Figure 1. A chronic wound with various types of wound surface tissue.

Pragulų gydymo principai

- Prieš gydydami pragulą, įsitikinti, kad pragula buvo diferencijuota nuo kitų tipų opų.
- Rekomenduojama vieną pacientą gydyti pasitelkus kuo mažiau asmenų.
- **Pragulės sunkiai gyja, o gijimo laikas neretai siekia vienus metus.**

Pragulų gydymo principai

- Prieš įvertindami, rūpestingai nuvalykite pragulą. Įvertinimas turi būti atliekamas atsižvelgiant į jos laipsnį, padėtį, dydį, infekcijos požymius, skausmą, žaizdos kraštų ir žaizdos dugno išvaizdą, eksudato kiekį, negyvų audinių buvimą, naujų epitelio ląstelių ir granuliacinio audinio augimą.
- **Pragulės laipsnis neregresuoja gijimo procese; Žymimas gydymo pradžioje buvęs sunkiausias laipsnis (pvz.: III^o gyjanti pragula).**

Pragulų gydymo principai

- Pragulą naudinga nuplauti drungnu vandentiekio vandeniu.
- Jei vienu metu reikia aptvarstyti kelias žaizdas, pirmiausia turi būti tvarstoma švariausia, o paskiausiai – nešvariausia.
- Gydant sritis ties sąnariais ir kūno angomis procedūros turi būti sterilios.
- Pragulų priežiūra tik tvarstomajame!!!

Pragulų gydymo principai

- Vietinio gydymo tikslas – palengvinti skausmą, sumažinti arba panaikinti kvapą, sumažinti opos išskyrų kiekį, sumažinti poreikį keisti tvarščius ir pasirūpinti, kad tvarščiai būtų keičiami nesukeliant skausmo.
- Mechaninis valymas su žirkklėmis, skalpeliu ir pincetu turi būti atliekamas rūpestingai ir tada, kai buvo skirta anestetiko.
- Fibrinas ir nekrotinės masės turi būti pašalinamos pilnai.
- Sausa juoda paviršinė nekrozė nešalinama.

Pragulų gydymo principai

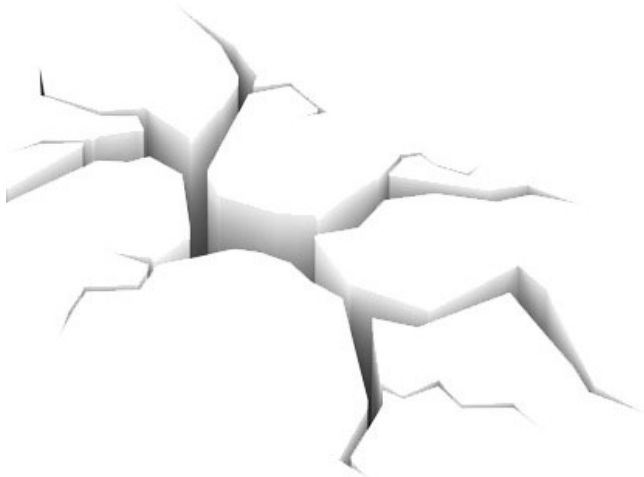
- Skirtingų laipsnių pragulas reikia tvarstyti naudojant skirtingas tvarstymo metodikas ir skirtingus tvarščius. Tvarščius pasirinkite atsižvelgdami į jų ypatybes ir opos tipą. Apskritai tvarstyti reikėtų kuo mažiau, kad pragula galėtų gyti nekeičiant tvarščių per dažnai.
- II–IV laipsnio pragulos neturi būti laikomos atviros, nes oras vėsina ir neleidžia gyti.

Pragulų gydymo principai

- Sausos pragulos turi būti apsaugotos sausu tvarščiu.
- Drėgnos turi būti laikomos drėgnos, o oda aplink jas apsaugota nuo šlapiavimo.
- Nekrozinis audinys turi būti pašalintas.
- Diabetu sergantys ir silpnesnę periferinę kraujotaką turintys pacientai, ant kurių pėdų atsirado sausa juodoji nekrozė, turi būti gydomi rūpestingai, o nekrozė turi likti nepaliesta, stebėti, kad neatsirastų pūlingo uždegimo.
- Jei tvarstyje prisisunkia didelis kiekis skysčio ir jis ima tekėti, tvarstį reikėtų dažniau keisti, galbūt tikslinga naudoti kito tipo tvarstį.

Mitai: pragula gali užgyti labai greitai. Pvz. Nuo stebuklingo pleistro

- Kuo didesnis pragulos laipsnis, tuo gydymo laikas yra ilgesnis;
- Apie 75% II ° pragulų užgyja per aštuonias savaites;
- Tik 62% IV ° pragulų yra išgydomos;
- Tik 52% išgydomos per vienerius metus;



Mitai

<http://banga.tv3.lt/lt/2forum.showPosts> - kalba netaisyta

Kaip gydyti pragulas? Ligonis jau senyvo amziaus, pries menesi susilauze slaunikauli. Nejudant ir visa laika praleidziant lovoje, susidare pragulos. Gal nebuvo vartomas nuo vieno sono ant kito, gal masazo truko, o rezultatas - nedidele zaizdele stuburo gale ir dar keli paraudimai ant nugaros. Gydytoja rekomendavo vandenilio peroksido tirpalo 3% ir pantenolio putu. Girdejau, kad tinka streptocido milteliai. Gal esate susidure ir turite geru pasiulymu?

Oi jau nebezinau ka daryti, mama vis silpnesne kiekviena diena, daktarai nebeduoda jokios vilties. Pragulos labai silpnai gyja, nors man atrodo kad jos visai negyja. Jau nebezinau kuom ir bepadeti. Ka daryti kad zaizdos bent kiek pagytu.

- Tikrai labai padeda pataisų sporų milteliai, Nuo jų užgijo uošvio pragulos.
- Yra daug įvairių dezinfekuojančiai ir gydančiai pragulas veikiančių medikamentų, tik kad organizmas prie jų pripranta. **Tai ir pataisų sporos, emu riebalai, kremai nuo iššutimų... Padeda ir "deguoniniai" kremai.** Labai svarbu, jei tik galima, mažinti pragulos spaudimą. Kaip papildomą pagalbinę priemonę, mažinančią oksidacinį stresą, galima gerti stiprius antioksidantus - resveratrolį, piknogenolą. ...<http://www.supermama.lt>

- Vysnevskis gerai, dar gali pameginti kai jau gis alijosiaus uzdet(isspaudus sultis ant tvarstuko).Bet siaip daug lengviau yra issaugoti zmogu kad jam pragulos neatsirastu,negu jas uzgydyti. Jei tik atsiranda paraudimai-masazuoti, trinti kamparo spiritu, kad pageretu kraujotaka, tepti "zelionke", ligoni reikia labai daznai vartyti, o tas vietas,kur gali atsirasti pragulos,saugoti, kad nesiliestu prie patalo ar kitu kuno daliu (tai daroma visokiu specialiu pagalveliu ir ratu pagalba).

<http://www.supermama.lt/>

Dvi galimybės įsigyti čiužinius bei pripučiamus oro pasėstus:

I. Čiužinius praguloms išvengti bei pasėstus praguloms išvengti asmuo gali įsigyti Techninės pagalbos neįgaliesiems centre ar savivaldybės įstaigoje **nemokamai**.

II. Gauti savo lėšomis įsigyto čiužinio praguloms išvengti ar pripučiamo oro pasėsto įsigijimo išlaidų kompensaciją:

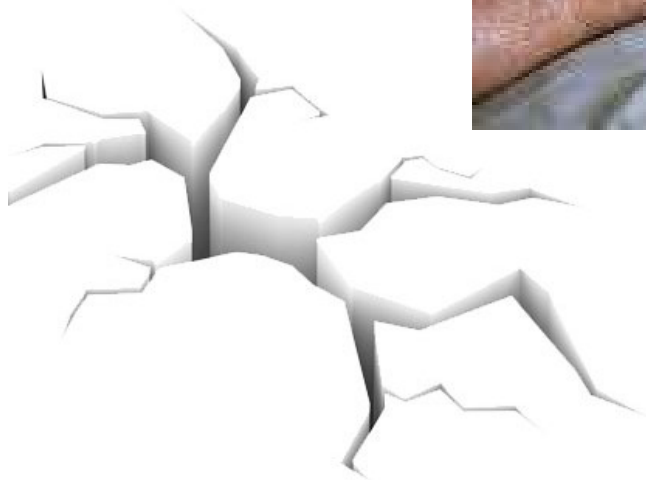
- čiužinio praguloms išvengti – vieną kartą per 3 metus iki 44 eurų, bet ne daugiau už faktines įsigijimo išlaidas
- pripučiamo oro pasėsto praguloms išvengti – vieną kartą per 3 metus iki 100 eurų, bet ne daugiau už faktines įsigijimo išlaidas
- Patiesalais bei čiužinio užvalkalais asmenys aprūpinami nemokamai.

Nuo šiandien **atsisakykime:**

Pragulų profilaktikai ir gydymui

- guminių ratų,
- spirito,
- miltelių,
- organinių taukų,
- lininio audinio tvarščių...

Pragulų perrišimas tik tvarstomajame!



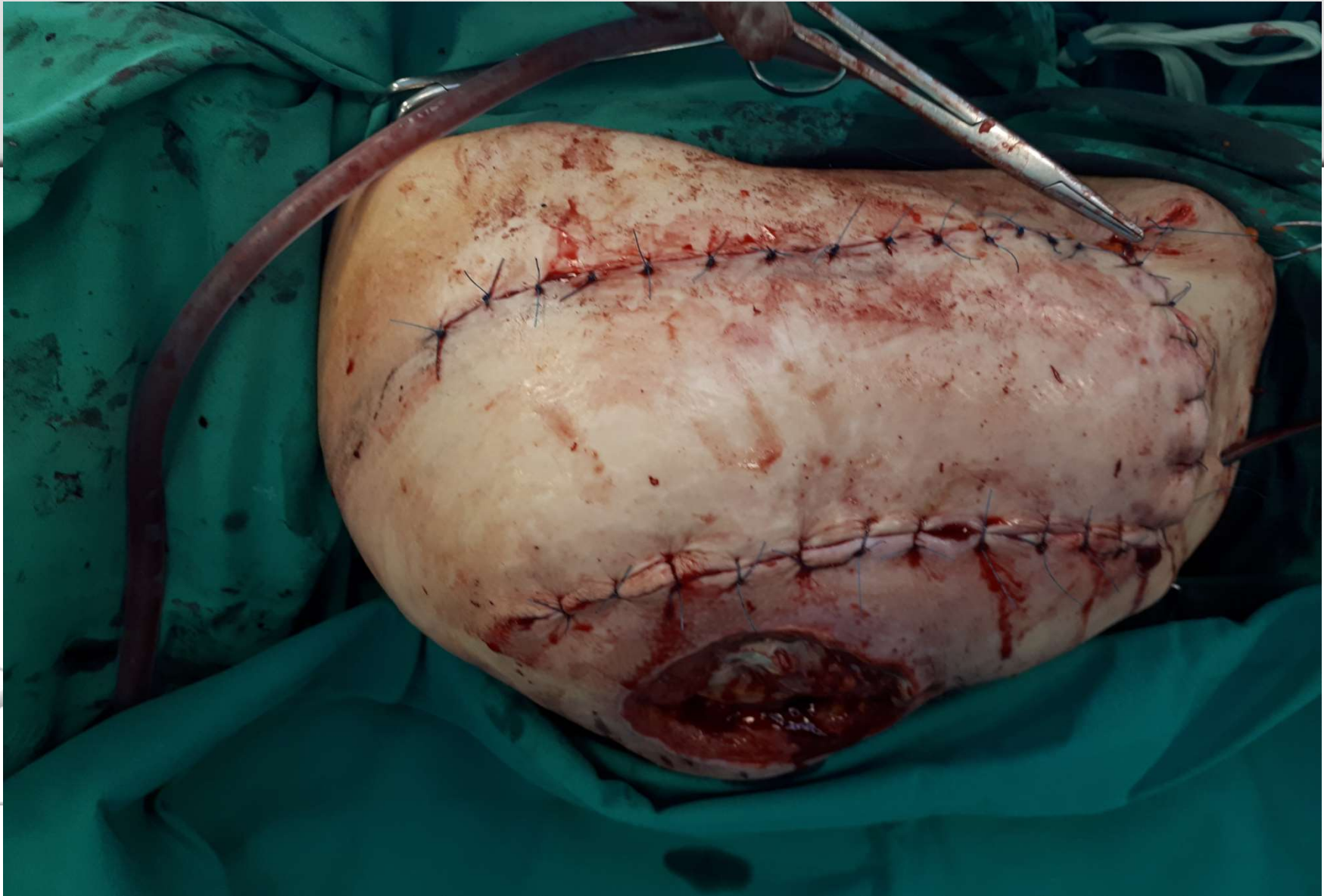
Mitai dar kartą

- Daugelyje straipsnių rašoma, kad III ir IV stadijos pragulų pagydyti negalima!!
- Galima teigti kad tai netiesa, galima, bet labai sudėtingos operacijos!!

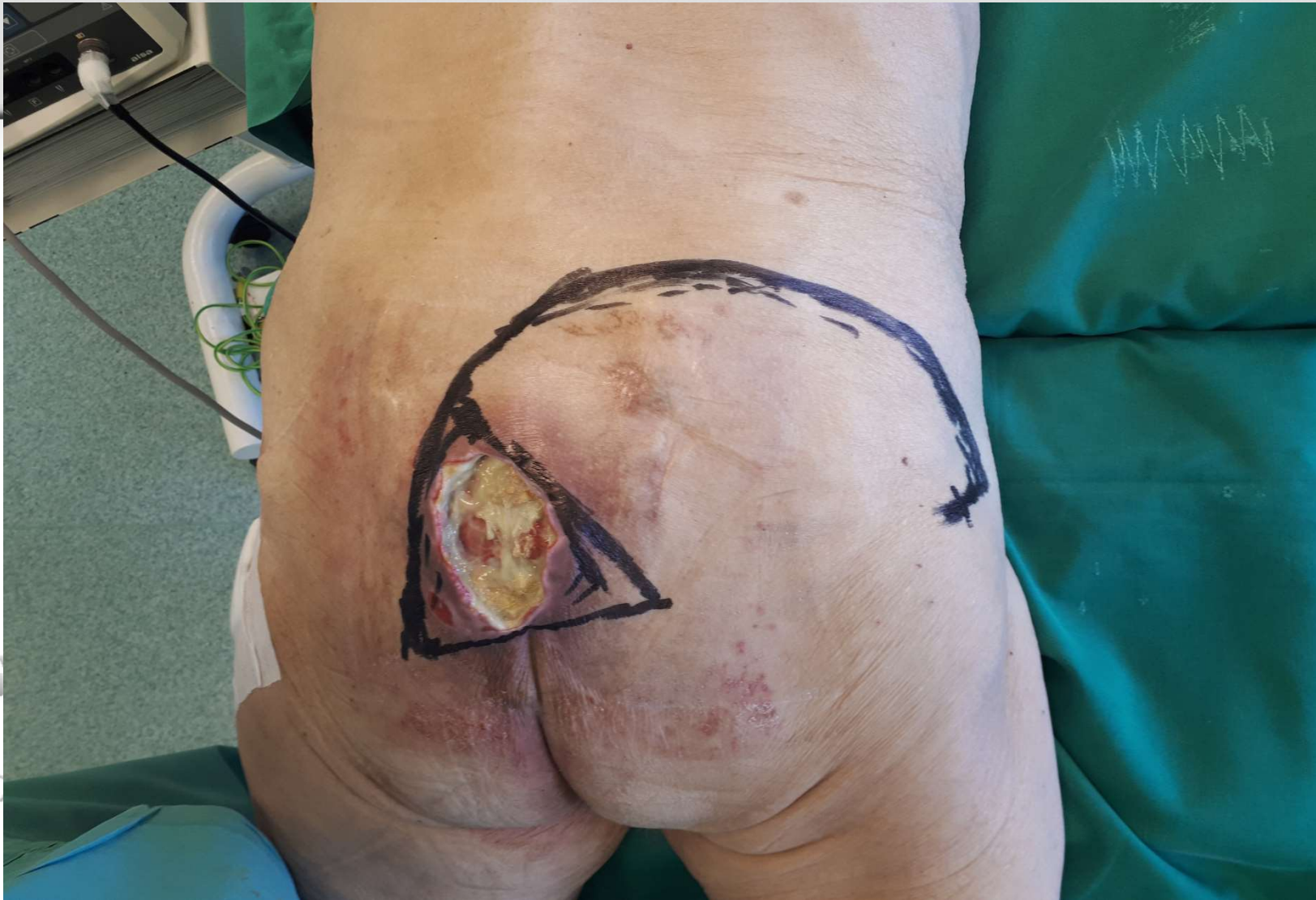


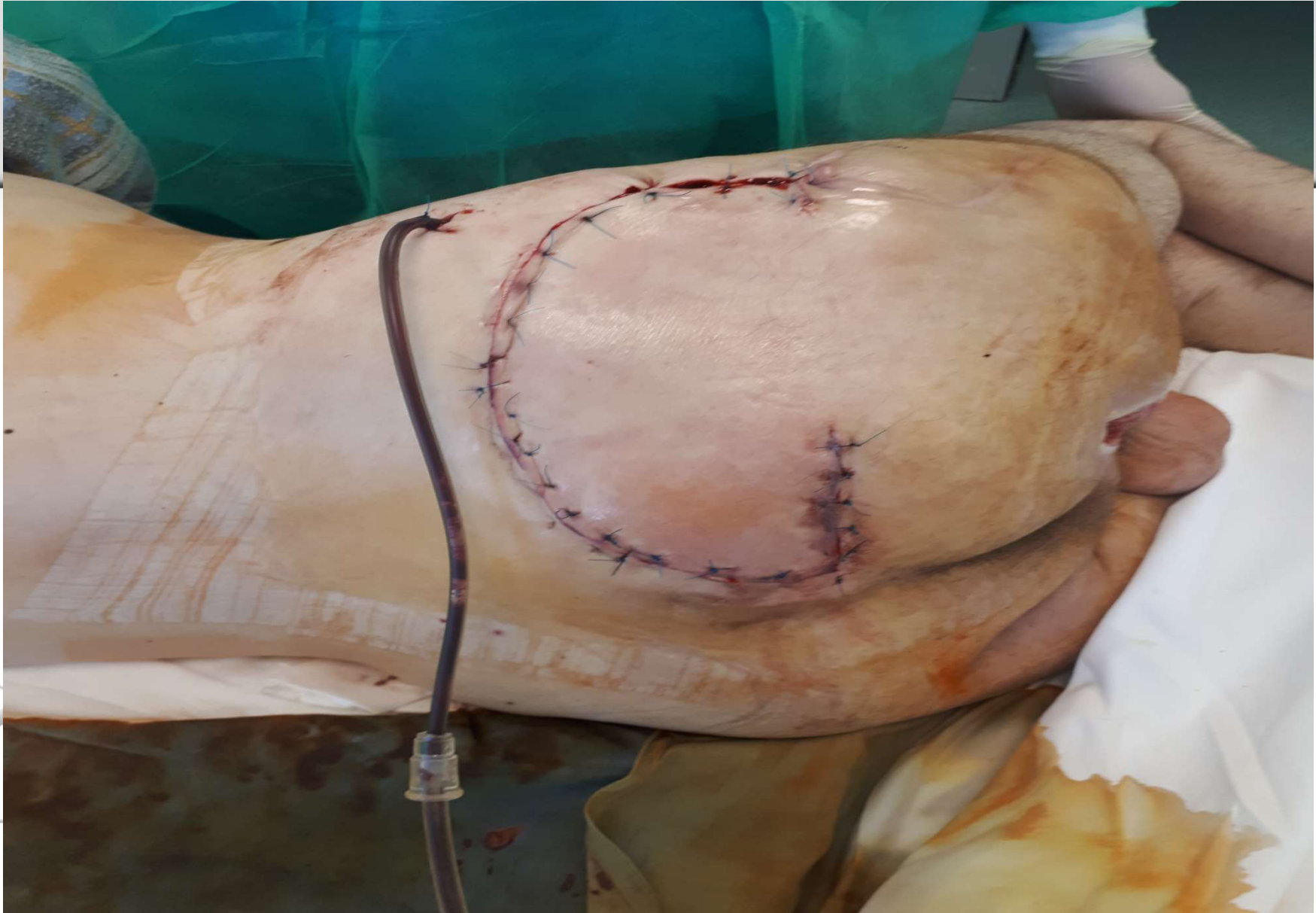












Ačiū už dėmesį

