

# ALGORITMUS PRO PACIENTY - PRO SEBEHODNOCENÍ RIZIKA VZNIKU PROLEŽENIN

## HODNOCENÍ RIZIKA VZNIKU PROLEŽENIN (DEKUBITŮ) TÝKÁ SE VÁS NĚKTERÝ Z TĚCHTO BODŮ?

- Zarudnutí kůže v oblasti nad kostními výčnělky (nad kosti)
- Omezená pohyblivost/aktivita
- Kůže vystavená vlhkosti
- Nutriční (výživový) deficit
- Dehydratace

**NE: NEEXISTUJE  
RIZIKO VZNIKU  
PROLEŽENIN**

**ANO: EXISTUJE RIZIKO VZNIKU  
PROLEŽENIN / POŠKOZENÍ KŮŽE**

### DALŠÍ KROKY (POSTUP)

- Obráťte se na praktického lékaře či všeobecnou sestru v jeho ordinaci
- Dodržujte doporučení odborníků týkající se prevence a péče

### REALIZUJTE (PROVEĎTE) ZAHAJTE PLÁNOVANOU PREVENCI A PÉČI

pokud je přítomna:

#### Omezená pohyblivost/aktivita:

- Pravidelně měňte polohu
- Používejte preventivní pomůcky k odlehčení tlaku/otlaku/střížných sil-tření
- Používejte odlehčující matraci, sedák (podušku)

#### Vystavení pokožky vlhkosti:

- Udržujte pokožku čistou a suchou
- Používejte prádlo a oblečení z přírodních materiálů
- Používejte ochranné přípravky na pokožku nad oblastí kostních výběžků, nad kostmi
- Používejte preventivní krytí nad nad oblastí kostních výběžků, nad kostmi pokud je to doporučeno odborníky

#### Nutriční deficit:

- Ujistěte se, že máte dostatečnou výživu bohatou na bílkoviny, vitamíny a minerály

#### Dehydratace:

- Ujistěte se, že máte dostatečný příjem tekutin
- Sledujte svůj příjem tekutin

#### Bolest:

- Použijte nefarmakologické metody léčby bolesti
- Užívejte léků proti bolesti podle předpisu

**POKUD SE VÁŠ STAV  
ZMĚNÍ, ZOPAKUJTE  
POSOUZENÍ RIZIKA  
VZNIKU PROLEŽENIN  
A/NEBO CO NEJDŘÍVE  
KONTAKTUJTE  
PRAKTICKÉHO LÉKAŘE  
ČI VŠEOBECNOU  
SESTRU V JEHO  
ORDINACI!**