

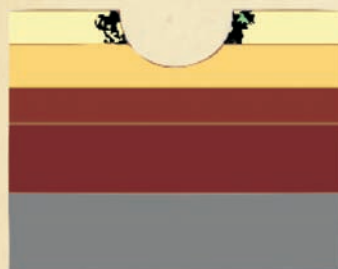
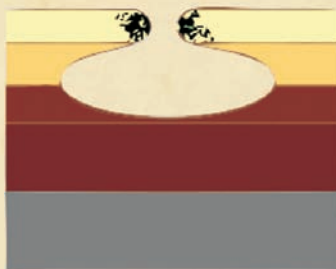
D-r. Lençe Neloska

D-r. M-r. Katerina Damevska

PLAGËT DEKUBITALE

DORACAK

***Për pacientët dhe personat të cilët
shërbejnë në kushte shtëpiake***



Shkupi, 2011

Tabela 2. Klasifikimi i plagëve dekubitale



Stadiumi 1.

Lëkura intakte me eritemë
e cila nuk zbehet (zverdhet)



Stadiumi 2.

Humbje parciale e lëkurës,
me përfshirje të epidermës
dhe dermës.



Stadiumi 3.

Humbje e lëkurës me dëmtim-
nekrozë të indit yndyror,
subkutan i cili mund të shtrihet
deri te fascia lekurore
dhe ta dëmtojë.



Stadiumi 4.

Humbja e tërësishme e
lëkurës me nekrozë
ekstenzive apo dëmtim
I muskujve dhe eshtrave.

1. WFARE ËSHTË DEKUBITUSI

Dekubitusi ose plagët dekubitale (të shkaktuara nga pozita e shtrirë) janë vende të lëkurës së dëmtuar dhe ndonjëherë edhe të indeve më të thella të cilat janë rezultat i ushqyeshmërisë së gabuar dhe qarkullimit të dobët të gjakut në atë regjion.

Mekanizmat themelorë që shkaktojnë dekubitusin janë:

Shtypja. Dekubitusi paraqitet kur një pjesë e lëkurës është e shtypur për një kohë të shkurtër ose për një kohë të gjatë në shtypje më të dobët. Shtypja e atillë e zvoglon qarkullimin në atë pjesë, gjithashtu edhe ushqyeshmërinë e indit. Për atë arsye lëkura dhe indi nënlëkuror fillojnë të vdesin dhe kështu shkaktohet plaga.

Personat e shëndoshë nuk formojnë dekubitus, për arsye se vazhdimisht janë në lëvizje dhe e ndërrojnë pozitën. Ashtu që, edhe gjatë gjumit bëjnë lëvizje më së paku 20 herë.

Fërkimi. Sipërfaqja e lëkurës dëmtohet kur shkaktohet fërkim në mes të çarçafit dhe (sh.thembrës) apo fërkimi i lëkurës (sh. Në mes të gjunjëve).

Tërheqja. Kur pjesa e sipërme e trupit të pacientit është e ngritur për më shumë se 30o lëkura e shpinës është e ngjitur për krevati, dysheku, çarçafi, ndërsa strukturat tjera më të thella si eshtrat shoqërohen teposhtë. Në ato pjesë enët e gjakut kryqëzohen, qarkullimi i gjakut çrregullohet dhe shkaktohen kushte për paraqitje të dekubitit. Kjo ndodh kur pacienti i cili nuk mund të lëvizë vetë “rrëshqet” ose “tërhiqet” gjatë ngritjes së krevatit.

2. CILËT PERSONA JANË TË RREZIKUAR NGA TË DEKUBITUSIT?

Personi ka rrezik të zhvilloj dekubitus derisa :

- Gjatë kohë qëndron në krevat ose në karrocë
- Nuk mund të lëvizë pa ndihmën e huaj
- Nuk ndjen dhimbje në tërë trupin ose në një pjesë të trupit (për shkak të diabetit , insultit cerebral, dëmtimit të boshtit të kurrizit etj. të ngjajshme)
- Nuk mund të urinoj (inkontinencë)
- Ka sëmundje të rëndë
- Nuk ushqehet mirë
- Pas intervenimit kirurgjik

Dekubitusi më së shumti paraqitet pas insultit cerebral, pas thyrjes së komplikut dhe pas operacioneve.

3. PSE PERSONAT E MOSHUAR ZHVILLOJNË MË SË SHPESHTI DEKUBITUS?

75% e dekubituseve paraqiten te personat mbi 70 vjet. Lëkura e këtyre ka pësuar ndryshime që lehtësojnë paraqitjen e dekubitit.

- Qarkullimi i dobësuar
- Lëkura është e dobësuar dhe e ndjeshme në lëndime
- Shpeshherë është i zvogluar sasia e indit yndyror nenlëkuror i cili mundëson amortizim dhe zvogëlon shtypjen
- Pleqët shpesh kanë probleme me lëvizjen dhe sëmundje tjera kronike

4.FAKTORËT QË E LEHTËSOJNË PARAQITJEN E DEKUBITUSIT

Faktori më i shpeshtë janë lëvizjet e dobesuara ose palëvizshmëria.

- Dëmtimi i boshtit të kurrizit me paralizë të ekstremiteteve
- Dëmtimi i trurit dhe insulti cerebral që rezultojnë me paralizë
- Sëmundje tjera të cilat shkaktojnë pengesa në lëvizje si Alzheimer, Skleroza multiple, Sëmundja e Parkinsonit dhe të ngjajshme
- Thyerjet, periudha pas operacionit, koma
- Format e rënda të artritit.

NDJESHMËRIA E ZVOGËLUAR E DHIMBJES – Sëmundjet si diabeti, insulti cerebral, dëmtimi i bushtit të kurrizit, dhënia e barërave (analgjetikë, sedative) mund të shkaktojnë ndjeshmëri më të vogël të dhimbjes nëpër pjesë të ndryshme të trupit, për këtë arsye pacienti nuk ndjen dhimbje dhe qëndron në të njëjtën pozitë, nuk bën lëvizje .

SËMUNDJET E RÇNDA KRONIKE – (Diabeti, sëmundjet e zembrës, të venëve dhe arterieve, sëmundje kronike të mushkërive etj).

JOUSHQYESHMËRIA DHE LODHJA .

INKONTINENCA – Pamundësia e kontrollimit të nevojës së vogël dhe të madhe shkakton lagështi në atë region. Lagështia dhe nxehtësia që shkaktohen paraqitjen e plagës.

SËMUNDJET SHPIRTËRORE-Ushqyeshmëria dhe higjiena e keqe.

FAKTORËT E JASHTËM

- Shtypja prej sipërfaqeve të forta (dysheku i fortë, karrigia, karroca)
- Fërkimi për shkak të lëvizjes (p.sh.fërkimi i thembrës me krevatin)
- Wdo send në shtratin e të sëmurit mund të jetë burrim i shtypjes si p.sh. mbetje e ushqimit, katetri, rrudhat e çarçafit, kopcat, patenti i rrobave.
- Lagështi (prej djersës, urinës, sekretit të plagës)

5.KU PARAQITET DEKUBITUSI?

Vendet ku ashti është i thyer më afër lëkurës, (ngritjet e eshtrave) janë vendet ku më të predispozuara për shtypje. Fotografia i tregon ato vende, varësisht pacienti a është në pozitë të shtrirë, ansore ose gjatë kohë kalon në karrige.

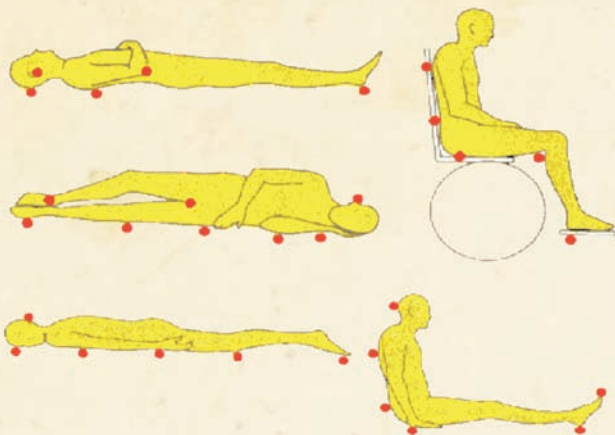


Fig.1. Vendet më të shpeshta ku paraqiten dekubituset janë : thembrat, gishtat, gjunjët, nyjet, kombliku, shpina, bishti, pjesa sakrale, veshi.

6.PËR SA KOHË ZHVILLOHET DEKUBITUSI?

Nuk ekziston rregull. Koha e paraqitjes së dekubitit varet nga gjendja e përgjithshme e pacientit, sa është e fortë shtypja, prej lëvizjeve, hidratimit, ushqyeshmërisë, kushteve hapsinore, dhe shtratit. Ndonjëherë mjaftojnë 2 orë që të vdes indi. Që dekubitusi të bëhet i dukshëm duhen prej disa orë deri në disa ditë.

7.PREVENCA – SI TË PARANDALOHET PARAQITJA E DEKUBITUSIT?

Për shkak se arsyeja kryesore e paraqitjes së dekubitit është shtypja, me rëndësi janë veprimet me të cilat do të bëhet zvoglimi i shtypjes.

A) NDRYSHIMI I POZITËS

Ajo është mënyra më efikase e parandalimit e dekubitit. Nëse më vev ekziston dekubiti, ndryshimi i pozitës do ta lehtësoj shërimin

Për personat plotësisht të palëvizshëm të shtrirë në krevat duhet të bëhet ndrimi i pozitës në çdo 2 orë gjatë ditës dhe natës. Pacienti duhet të rrotullohet vazhdimisht në pozitë anësore dhe në shpinë. Ndhimë e madhe është edhe rrotullimit për 900 po më mirë është rrotullimi për 300.(fig.2.) Me rëndësi është ndjenja e pacientit a ka pozitë të rrehatshme, a ndjen dhimbje po nuk është vendimtare në rastet kur ai bën rrezistencë të vetëdijshme ose të pavetëdijshme.

Personat të cilët një kohë të gjatë qëndrojnë në karrocë dhe në karrige ndryshimi i pozitës duhet të bëhet çdo orë.

Për personat gjysëm të lëvizshëm është jetike që t'u jepet vullnet për lëvizje të vazhdueshme edhe nëse ato janë të vogla, po sikur ato të jenë rrotullime ose lëvizje nga njëra anë në tjetrën ose vetëm lëvizjen e trupit.



Fig. 2

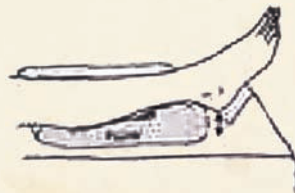


Fig. 3

A) Mbroni plasaritjet e eshtrave

Përdorni jastëk ose mjete special ortopedike për ta penguar fërkimin e pjesëve të ndryshme të pjesëve të trupit. Gjatë pozitës anësore, vendosni jastëkun në mes të gjunjëve (fig.2). Për mbrojtjen e thembrave, gjatë shtrirjes në shpinë jastëkun vendoseni prej mesit të nëngjurit deri të thembra (fig.3).

Mos përdorni “gjevrek” të bërë me dorë prej çarçafi dhe ngajshëm për mbrojtjen e thembrave. Secila sipërfaqe e fortë dhe jo e rrafshhtë, ose material jo i rrafshhtë, mund të jetë shkaktarë për paraqitjen e dekubitit në vendin e shtrirjes.

8.SI T'I ZGJEDHNI MJETET ORTOPEDIKE NDIHMËSE

Një numër i madh i dyshekëve special, krevatëve dhe mjeteve të tjera janë bërë që të zvogëlohet shtypja në vendet e ndjeshme të trupit. Para se të vendosni për një porosi të tillë konsultoheni me person profesional për llojin e mjetit ndihmës ortopedik, të përshtatshme për nevojat e të sëmurit.

MBANI MEND asnjë mjet ndihmës ortopedik nuk mund t'a zëvendësoj rrotullimin e të sëmurit.

Mjete të rëndomta ndihmojnë shumë. P.sh. personi është i paralizuar në njërin anë me dorën e shëndoshë mund të ndihmojë në lëvizje. Litari ose çarçafi i forcuar për krevati mund të ndihmojnë që ai të marrë një pozitë më të volitshme dhe vazhdimisht të bëjë lëvizje të vogla.

9.SI T'A MBANI HIGJENËN?

Lëkura duhet të jetë e thatë dhe e pastër. Rregullisht ndrojin çarçafët, pelenat dhe teshat, që të largohet lageshtia e djersës dhe urinës. Përdorni sapunë të cilët nuk e thajnë lëkurën. Pas larjes përdorni qumësht dhe krem për kujdes të lëkurës.

Për higjienë, përdomi preparate në konsultim me dermatologun . (Preparate për fëmijë janë jo të përshtatshme për fëmijët)

MOS përdorni alkool dhe tretje alkoholike për masazhë sepse e thajnë dhe e dëmtojnë lëkurën. **MOS** përdorni talk e pluhura, pudër të lëngshme, ato gjithashtu e thajnë lëkurën.

10. USHQIMI

Ushqimi duhet të jetë kalorik, i pasur me proteinë, vitaminë dhe minerale. Pa atë indi do të jetë dobët i ushqyer dhe lehtë mund të dëmtohet. Përderisa i sëmuri ka edhe sëmundje tjera kronike (sh. Diabet) konsultoheni me mjekun tuaj.

Shërimi i dekubiteve që ekzistojnë mund të shpejtohet me përdorimin e shtojcave në ushqim(suplemente)si proteine, zink, vitamin C. Prap se prap konsultoni mjekun për përdorimin dhe llojin e këtyre shtojcave.

11. MASAZHA

Masazha intensive absolutisht është e NDALUAR. Në vend të përmirsimit të qarkullimit mund të shkaktojë çrregullim cirkulator sistemik. Për përmirësimin e qarkullimit është e mjaftueshme masazha e butë . Por , NUK GUXON të masazhohet vendi i cili vetëm se më është nënshtruar shtypjes. Masazha do të shkaktojë dëmtim plotësues dhe do t' a shpejtojë paraqitjen e dekubitit.

Konsultoni fizioterapeut i cili ka përvojë në tretmanin e pacientëve të moshuar dhe të pafuqishëm.

12. CILAT JANË SHENJAT E PARA GJATË ZHVILLIMIT TË DEKUBITUSIT?

Është e nevojshme kontrollim ose vetëkontrollim i tërë lëkurës, veçanërisht në vendet me predispozitë (shiko fig. 1). Ajo është më mirë të bëhet para çdo zhveshjeje dhe larjeje. Veni re nëse pacienti ankohet se ndonjë vend i dhemb ose ndjen ndryshim në krahasim me më parë.

Ndryshimet që ndodhin në lëkurë dhe janë tregues për fillimin e dekubitusit

- Te personat me lëkurë të bardhë, paraqitet skuqje e cila nuk kalon por mbetet disa orë.
- Te personat me lëkurë të errët, vendet ngjyrosen me ngjyrë vjollcë të errët e cila nuk kalon disa orë
- Pjesë të lëkurës të cilat janë të ënjtura, më të forta se sa përreth
- Pjesë të lëkurës që janë më të nxehta ose më të ftohta në krahasim me pjesët tjera
- Pjesë të cilat janë vetvetiu të sëmura ose gjatë prekjës
- Paraqitja e fluskave ose plagës sipërfaqësore

13. WKA NËSE MË ËSHTË ZHVILLUAR DEKUBITUSI?

Për fat të keqë ndonjëherë edhe përkrah ndërmaries së të gjitha masave dekubitusi është i pashmangshëm.

Intensiteti i dekubitusit mund të lëvizë nga dëmtimi minimal (plaga sipërfaqësore, me dëmtim vetëm të lëkurës) deri në plagë të thella të cilat i dëmtojnë muskujt dhe eshtrat. Dallohen katër stade të dekubitusit, në varshmëri nga thellësia e defektit.

Kur do të vërehet plaga MENJËHERË duhet të kërkohet ndihmë profesionale.

14.TERAPIA NË KUSHTE SHTËPIAKE

I sëmuri ose anëtarët e familjes të cilët kujdesen mund të zbatojnë terapi në kushte shtëpiake në plagë më të vogla dhe fillestare.

Terapia nënkupton pastrimin e plagës dhe lidhjen e saj.

Që të shërohet, plaga duhet të jetë e pastër dhe pa infektion.

A)Pastrim I plagës

Pastrojeni plagën me ujë të thjeshtë ose tretje fiziologjike. E NDALUAR është përdorimi i preparative standarde si hidrogjeni, betadine, dhe të ngajshme.

B)Të lidhurit special

- Lidhjet me hidrokoloide. Përmbajnë xhel special i cili mundëson regjenerimin dhe shërimin, pa e dëmtuar pjesën tjetër të lëkurës
- Lidhjet alginate. Me përmbajtjen e tyre e përshpejtojnë shërimin e plagës.
- Konsultohuni me ekspert i cili do t'ju rekomandoj zgjedhjen e vërtetë të preparatit dhe do t'ua sqaroj procedurën.

15. KUR ËSHTË PATJETËR TË KËRKONI NDIHMË PROFESIONALE

Shenjat e keqësimit të plagës dekubitale janë :

- Skuqja dhe ënjtnja rreth plagë
- Paraqitja e sekretit (qelbit)
- Era e keqe e sekretit
- Ndjeshmëria, dhimbja në zonën e plagësose në afërsi

Mënjëherë kërkoni ndihmë në qoftë se i sëmuri ka temperaturë dhe ethe, ndjen dhimbje intensive dhe të thellë.

16. KU TË DREJTOHENI?

Mjeku juaj amë, pas vlerësimit individual, do t'ju udhëzojë te dermatologu ose kirurgu plastik.

Nëse keni nevojë për informata plotësuese, drejtoheni, në Qendrën për Dekubitse pranë IPSH Enti Gerentologjik 13 Nëntori – Shkup në telefonat 02/2031- 213 prej ora 7:30-15:30 çdo ditë pune.

17. NËSE KAM RREZIK PËR PARAQITJEN E DEKUBITUSIT. CKA MUND TË BËJ PËR VEHTEN ?

- Vetëkontrollim. Wdo ditë kontrollimin e trupit a ka ndryshime në ngjyrë dhe shenja tjera të dekubitusit (Fig.1). Mund të përdorni pasqyrë për kontrollimin e pjesëve të pasme të trupit.
- Ndaloni pirjen e duhanit dhe alkoolit, për arsye se sasia e oksigjenit zvoglohet në inde dhe bëhet dobësimi i imunitetit.
- Mbajtja e higjienës në mënyrë të rregullt
- Ushqeheni mirë, pini lëngje

BËNI LËVIZJE. Ndrojeni vazhdimisht pozitën tuaj. Wdo ditë dhe vazhdimisht bëni lëvizje të mundshme maksimale.

Doracaku pëmban vetëm informacione themelore për plagët dekubitale, detektimin e tyre, preventimin dhe tretmanin në kushte shtëpiake.

Këto informacione janë të dedikuara për pacientët që kanë plagë dekubitale ose janë me rrezik për paraqitjen, si dhe për personat që kujdesen për të sëmurët.

Porositë e doracakut përmbajnë njohuri më të reja medicinale që janë të bazuara dhe të vërtetuara në mënyrë shkencore

D-r. Lençe Neloska

IPSH Enti Gerentologjik 13 Nëntori – Shkup

D-r. M-r. Katerina Damevska

Klinika Universitare Dermatologjike

Përktheu nga maqedonishtja

D-r Vjollca Xhaferri

Nëse keni nevojë për informata plotësuese, drejtoheni te mjeku juaj amë, ose në Qendrën për Dekubitse pranë IPSH Enti Gerentologjik 13 Nëntori – Shkup në telefonat 02/203 12 13 prej ora 7:30-15:30 çdo ditë pune.