

# Powstawanie odleżyn



Autor  
Aleksandra Lademann  
Pielęgniarka, Specjalista opieki paliatywnej

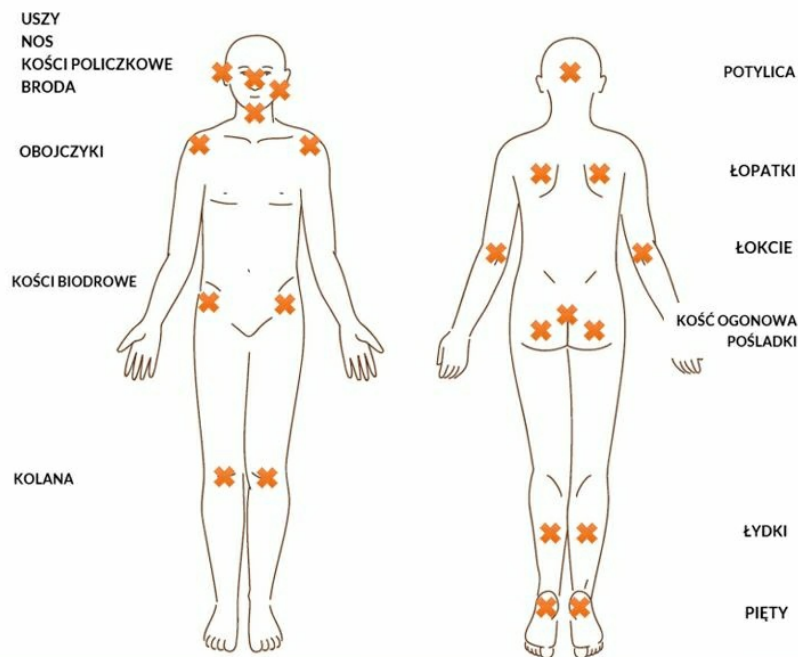
3 minuty czytania

**Odleżyna** to martwica tkanki, powstająca pomiędzy wystającymi częściami układu kostnego a zewnętrzną powierzchnią ciała. Odleżyna powstaje w wyniku niedokrwienia, kiedy skóra jest uciskana przez dłuższy czas.

Odleżyny mogą powstać niezależnie od tego, czy chory leży na plecach, na boku czy siedzi. Najbardziej narażone są osoby z zaburzonym czuciem oraz nieprzytomne.

**Miejsca najczęściej narażone** na wystąpienie odleżyn to: uszy, kość krzyżowa, okolice kości biodrowej i miednicy, pięty, kolana, łokcie, tył głowy.

## ✘ Odleżyny – miejsca powstawania



bliskochorego.pl

Serwis bliskochorego.pl ma charakter edukacyjny, nie stanowi i nie zastępuje porady lekarskiej.  
W razie konieczności uzyskania pomocy medycznej należy zgłosić się do właściwego lekarza specjalisty.  
Jeżeli te zadania są zbyt trudne, poproś o pomoc specjalistę.

## Czynniki zewnętrzne sprzyjające powstawaniu odleżyn



długotrwałe unieruchomienie - ucisk na tkanki miękkie z jednej strony przez podłoże, a z drugiej strony przez kościec



stały ucisk na naczynia tętnicze i żyłne, co skutkuje miejscowym niedokrwieniem i w rezultacie martwicą tkanek

- ✓ zły stan skóry - jej przesuszenie lub nadmierna wilgotność
- ✓ infekcje skórne, które powodują niedokrwienie i niedotlenienie tkanek
- ✓ tarcie przy nieodpowiednim sposobie zmiany pozycji
- ✓ nieprawidłowe mycie i niedostateczne osuszanie skóry chorego
- ✓ kontakt skóry z wilgotną pościelą, moczem, mokrą piżamą
- ✓ pościel i piżamy wykonane ze sztucznych materiałów

## Czynniki wewnętrzne sprzyjające powstawaniu odleżyn

- ✓ niedożywienie chorego
- ✓ choroby, takie jak cukrzyca czy miażdżycy
- ✓ depresja, wynikająca z długotrwałego leżenia w łóżku
- ✓ nietrzymanie moczu i stolca
- ✓ przyjmowanie niektórych leków (leki uspokajające, które zmniejszają zdolność poruszania się)
- ✓ zaburzenia układu nerwowego (porażenia, zaburzenia czucia)
- ✓ podeszły wiek

## Pamiętaj:

- ✓ Jak najwcześniej zastosuj profilaktykę przeciwoodleżynową oraz zapewnij choremu materac przeciwoodleżynowy. Materac przeciwoodleżynowy zalecany jest dla wszystkich osób przebywających w łóżku dłuższy czas, czyli **dłużej niż nocny wypoczynek** osoby zdrowej.
- ✓ Jeśli chory ma odleżyny, dowiedz się jak pielęgnować odleżyny.
- ✓ Porady dotyczące profilaktyki oraz zmiany opatrunku uzyskasz od lekarza lub pielęgniarki w poradni rejonowej. Jeśli chory kwalfikuje się do opieki paliatywnej zgłoś się do Poradni medycyny paliatywnej lub pod opiekę hospicjum domowego w twoim rejonie.
- ✓ Opatrunki przeciwoodleżynowe są refundowane przez NFZ. Zlecenie na zaopatrzenie w wyroby medyczne na opatrunki wypisuje lekarz lub inny upoważniony specjalista.

Do oceny ryzyka powstania odleżyn służą różne skale oceny stanu fizykalnego, stanu fizycznego, aktywności fizycznej, zdolności poruszania się, nietrzymanie moczu/kału chorego. Najczęściej do oceny ryzyka wykorzystywana jest skala Norton.

Skala Norton

CZYNNIK RYZYKA	4	3	2	1
A. Stan fizykalny	dobry	dość dobry	średni	bardzo ciężki

<b>B. Stan świadomości</b>	pełna przytomność i świadomość	apatia	zaburzenia świadomości	stupor lub śpiączka
<b>C. Aktywność, zdolność przemieszczania</b>	chodzi samodzielnie	chodzi z asystą	porusza się tylko na wózku inwalidzkim	stale pozostaje w łóżku
<b>D. Stopień samodzielności przy zmianie pozycji</b>	pełna	ograniczona	bardzo ograniczona	całkowita niesprawność
<b>E. Czynność zwieraczy i odbytu cewki moczowej</b>	pełna sprawność zwieraczy	sporadyczne moczenie się	zazwyczaj nietrzymanie moczu	całkowite nietrzymanie stolca

Skala NORTON wymaga wiedzy na temat oceny stanu fizykalnego chorego.

20 pkt. - ryzyko jest najmniejsze. Należy stosować [profilaktykę przeciwodleżynową](#).

14 pkt. - obserwujemy zwiększone ryzyko odleżyn. Należy stosować [profilaktykę przeciwodleżynową](#) oraz uważnie obserwować stan skóry chorego.

13 pkt. i mniej - zagrożenie powstania odleżyn rośnie. Jeśli chory ma odleżyny, dowiedz się jak [pielegnować odleżyny](#).

Materiały zamieszczone w serwisie bliskochorego.pl są opracowane przez ekspertów z dziedziny opieki paliatywnej, zgodnie z ich najlepszą wiedzą i doświadczeniem. Materiały te nie stanowią porady lekarskiej i psychologicznej, mają wyłącznie charakter informacyjny i nie mogą zastąpić bezpośredniej konsultacji ze specjalistą. W razie konieczności uzyskania pomocy medycznej należy zgłosić się do właściwego specjalisty.