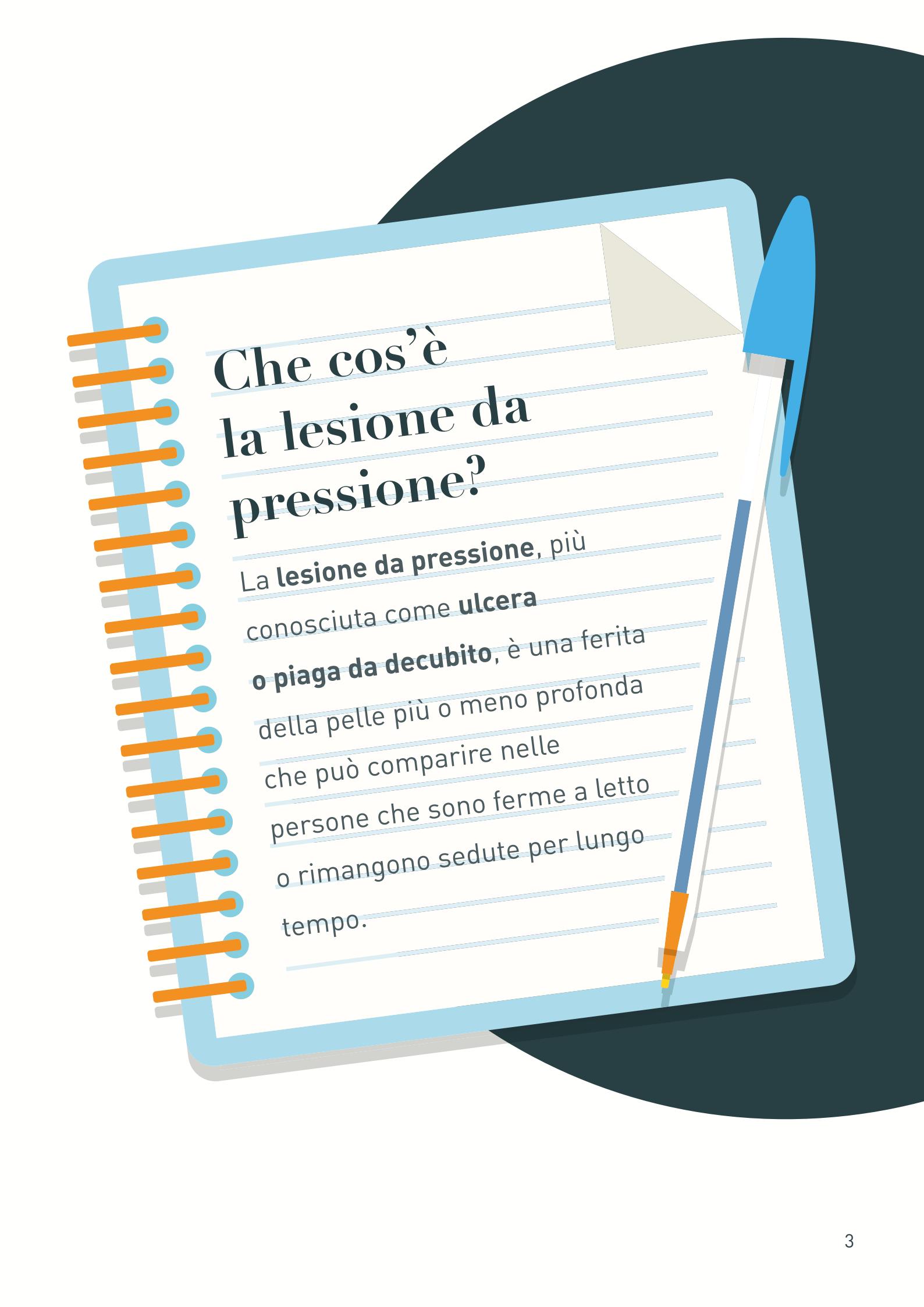


SOS *lesioni della pelle*



Guida per prevenire LE LESIONI/ULCERE DA PRESSIONE (da decubito)

Guida valutata per stile comunicativo da pazienti e cittadini



Che cos'è la lesione da pressione?

La **lesione da pressione**, più
conosciuta come **ulcera**
o piaga da decubito, è una ferita
della pelle più o meno profonda
che può comparire nelle
persone che sono ferme a letto
o rimangono sedute per lungo
tempo.

Perché dobbiamo mantenere la pelle sana e integra?



La pelle è una barriera naturale che protegge il corpo da fattori esterni potenzialmente dannosi (per esempio germi, sostanze chimiche, punture di insetto e traumi).

La pelle contribuisce al mantenimento della temperatura corporea, elimina una grande quantità di tossine attraverso il sudore e “percepisce” le diverse sensazioni come:



- **caldo**
- **freddo**
- **dolore**
- **bruciore**

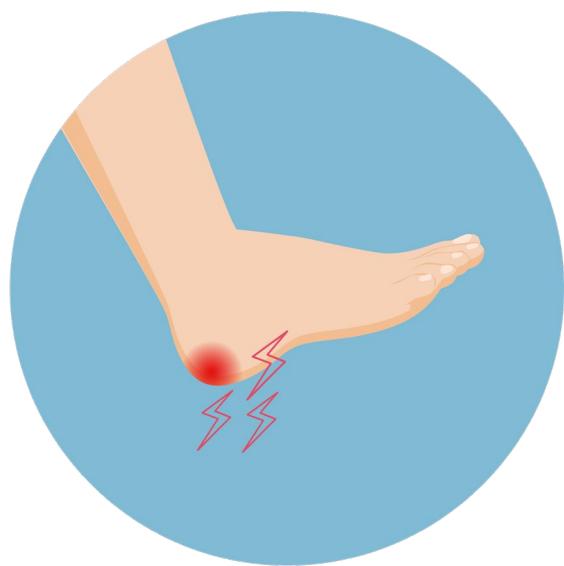
...per questo è importante mantenere la pelle sana, integra e senza lesioni!



Come si forma la lesione da pressione?

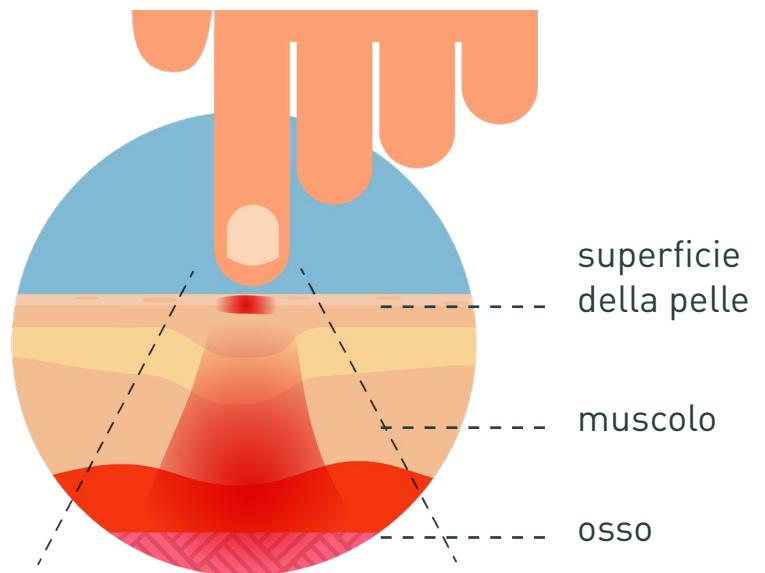
Le cause principali possono essere:

- rimanere fermi nella stessa posizione, distesi o su una sedia, per molto tempo (**più di 2 ore**);
- lasciare la pelle a contatto prolungato con sudore, urine e feci;
- stare seduti su sedie rigide o senza cuscino,
- stare stesi su materassi rigidi e poco morbidi.



Quando la persona rimane immobile per lungo tempo nella stessa posizione appoggiata su superfici rigide la pelle non riceve abbastanza ossigeno e può crearsi un **arrossamento che non scompare** (chiamato anche **I STADIO**).

Di seguito può formarsi **una bolla** simile a quella che si crea dopo una scottatura. Se la bolla si rompe può svilupparsi una lesione, cioè una ferita che può aggravarsi fino ad arrivare al muscolo e all'osso e diventare di grandi dimensioni.



La lesione da decubito può svilupparsi anche quando si usano per un lungo periodo **materiali sanitari che rimangono a contatto continuo con la pelle** (ad es. sondino per nutrizione e catetere vescicale).

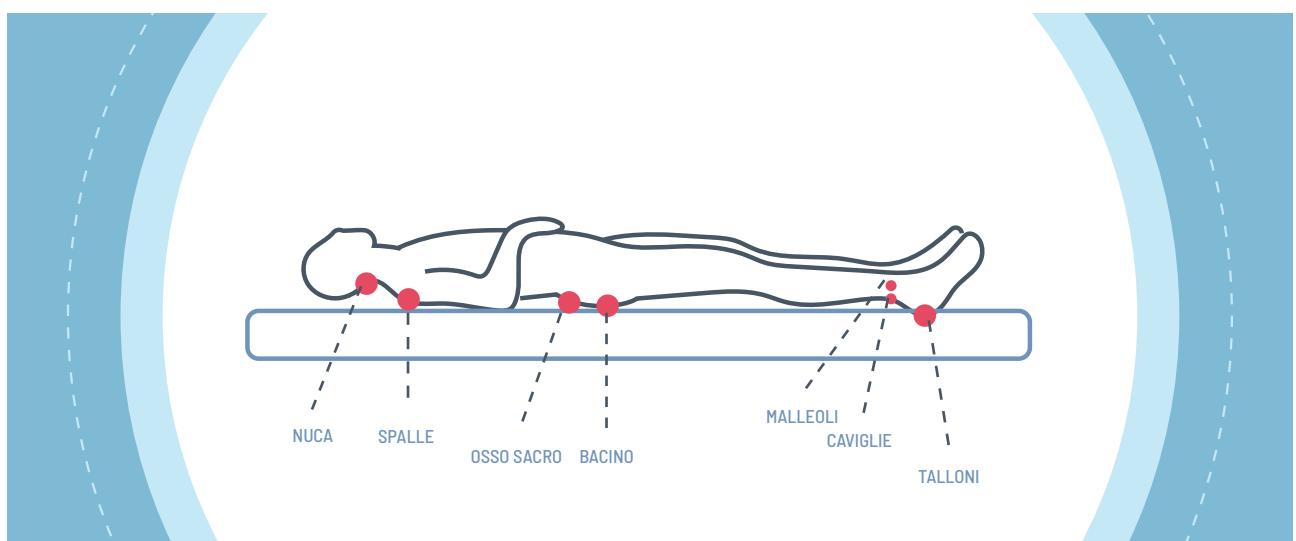
È importante prevenire la comparsa della lesione; spesso essa è molto dolorosa e difficile da guarire.

Dove si sviluppano le lesioni da pressione?

I principali punti a rischio di sviluppare una lesione da pressione sono:

- osso sacro e la zona attorno ad esso;
- talloni;
- caviglie / malleoli;
- nuca e spalle;
- anche e ossa del bacino;

come evidenziato dal disegno.



Chi sono le persone a rischio di sviluppare una lesione da pressione?

Spesso le persone a rischio sono quelle che rimangono ferme **per lungo tempo a letto o sedute** nella stessa posizione.

Il rischio aumenta se la persona:

- fa fatica a mangiare e a bere;
- ha la pelle **umida o rovinata** a causa del contatto prolungato con urine, feci o sudore;
- ha la pelle insensibile al caldo o al freddo e non sente il bisogno di cambiare posizione;
- ha la febbre, il diabete, ha malattie neurologiche, polmonari o cardiache;
- è in sovrappeso o è troppo magra;
- ha già una lesione da pressione o l'ha avuta in passato.

In che modo puoi aiutare il tuo familiare/ assistito a prevenire le lesioni da pressione?

Per prevenire le lesioni da pressione è importante seguire questi **4 accorgimenti:**

- alimentazione;
- movimento;
- igiene;
- controllo della cute.

ALIMENTAZIONE

È importante che il tuo familiare/assistito mangi tutti i tipi di nutrienti: **proteine** (uova, carne, pesce, legumi, formaggi), **vitamine** (frutta e verdure), **carboidrati** (pasta, pane e riso) e **grassi** (per esempio olio extravergine di oliva);

- cerca di comporre i pasti in modo che siano presenti tutti i tipi di nutrienti;
- se fa fatica a mangiare o se non mangia in modo vario avvisa e chiedi consiglio al medico curante;
- se non ha appetito, proponigli **pasti piccoli e frequenti** durante il giorno;
- fai bere almeno **6-8 bicchieri al giorno** (acqua, tè, succhi di frutta), soprattutto se ha febbre, sudorazione, diarrea;
- consulta il medico in caso di: vomito, stipsi o diarrea persistenti, perdita di peso, aumento di peso e in ogni caso se hai dei dubbi.



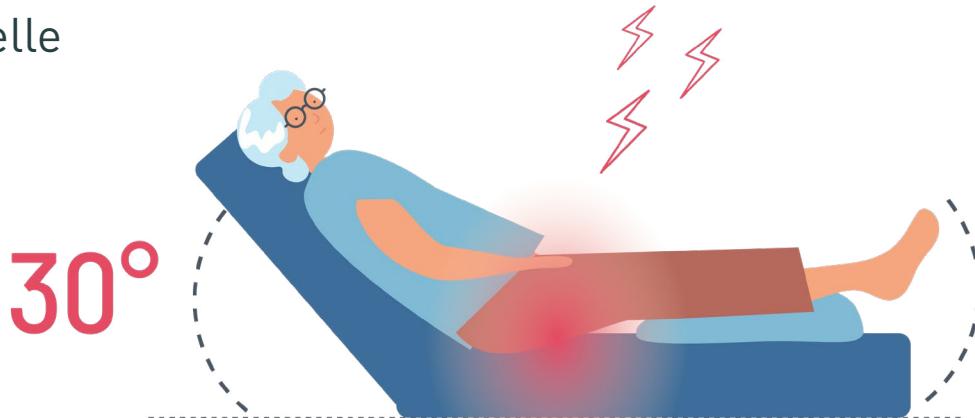
MOVIMENTO A LETTO

- stimola il tuo familiare/assistito a fare piccoli movimenti;
- aiutalo a cambiare spesso (**almeno ogni 2 ore**) la posizione ricordandoti di non trascinarlo per evitare che la pelle si rovini sulle lenzuola;
- fai attenzione a non farti male alla schiena e se fai fatica a sollevarlo, fatti aiutare;
- lascialo seduto sul letto solo per poco tempo;
- **preferisci la posizione semi-seduta** (con la testata del letto alzata di 30°): in questo caso fai attenzione che non scivoli sul letto perhè lo sfregamento della pelle sulle lenzuola può danneggiare la pelle;

DANNO DA SFREGAMENTO



- mettigli un cuscino sotto le gambe per **tenere sollevati i talloni** così non “pesano” sul materasso e non schiacciano la pelle



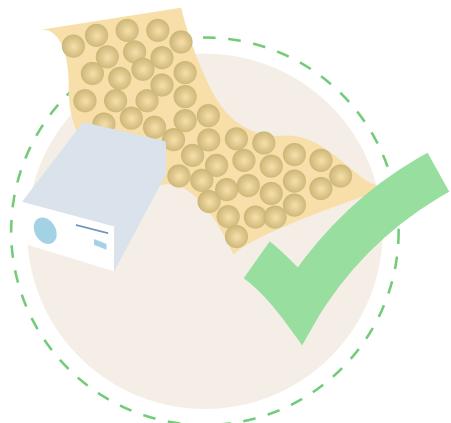
MOVIMENTO DA SEDUTI

- è importante fargli fare piccoli **movimenti/spostamenti ogni 15/20 minuti**. Per esempio suggeriscigli di sollevarsi di poco, appoggiandosi sui braccioli e alzando il sedere dalla sedia. Questi **piccoli movimenti** aiutano a diminuire la pressione continua;
- fagli appoggiare bene i piedi sul pavimento, sul poggiapiedi della carrozzina o su uno sgabello.

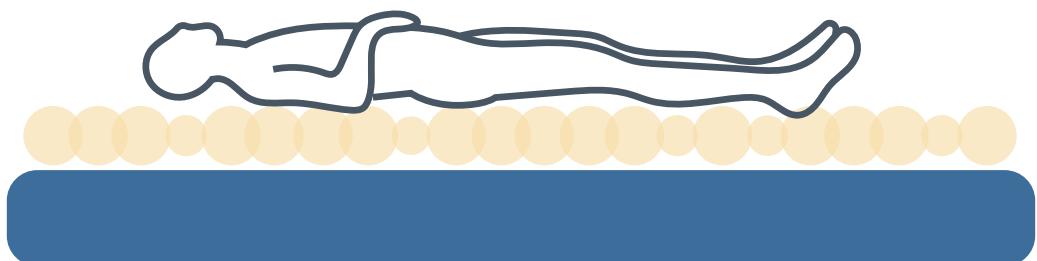


UTILIZZO DI MATERASSI E CUSCINI ANTIDECUBITO

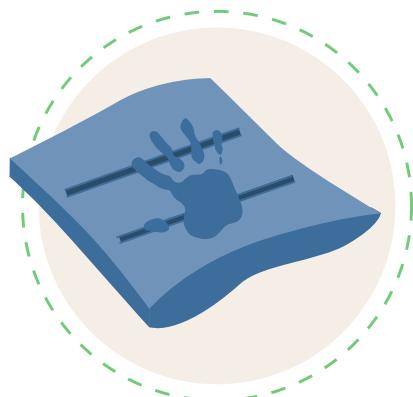
Utilizza **materassi e cuscini speciali** cosiddetti “**antidecubito**”



Esistono **materassi antidecubito** che si gonfiano utilizzando un motorino/compressore collegati alla corrente elettrica. Ricordati di verificare che il materassio sia gonfio e che non sia troppo gonfio o bucato.



Esistono **cuscini antidecubito** di vari modelli e materiali che hanno lo scopo di distribuire il peso del corpo e aiutano a prevenire le lesioni.



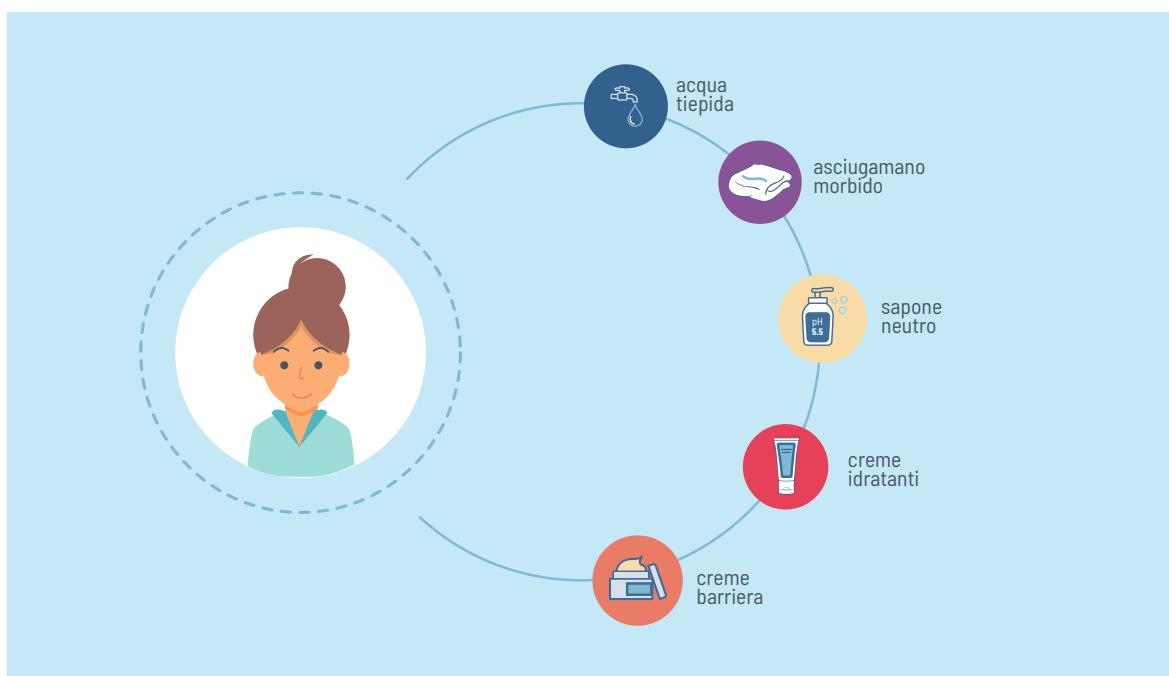
- Puoi fare richiesta per l'utilizzo di questi materassi e cuscini speciali rivolgendoti al tuo Distretto Sanitario;
- Ricordati di **non utilizzare**, sotto il sedere, le **ciambelle ad aria** o il vello di montone/pecora naturale, perché creano arrossamenti e lesioni.



IGIENE PERSONALE

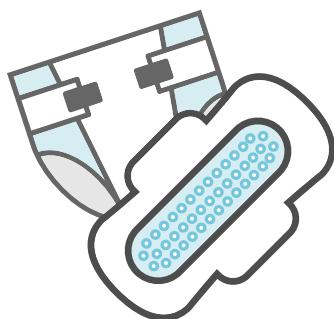
PePIP: Pelle Pulita, Idratata, Protetta

- Mantieni la sua pelle sempre pulita: per lavarlo usa **acqua tiepida e sapone neutro** (pH 5.5);
- utilizza un panno delicato per asciugargli la pelle, cerca di **non strofinarla** e fai attenzione alle zone tra le pieghe (inguine, glutei, addome).



- idrata e nutri la pelle tutti i giorni;
- preferisci l'uso di creme idratanti, come, per esempio quelli che contengono sostanze come la **vitamina E, l'allantoina e l'acido ialuronico**;
- non usare talco perché secca la pelle e la irrita.

PELLE PULITA E GESTIONE DELL' INCONTINENZA



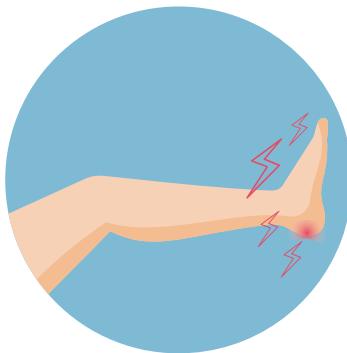
- **Può essere necessario utilizzare dispositivi usati per assorbire le perdite di urine e feci;**
- Ci sono pannolini/pannolini con diverse capacità di assorbenza affinché urine e fuci siano trattenute in modo adeguato; sono di vari modelli, misure e formati

per una migliore vestibilità e adattabilità alla persona (alcuni esempi: a mutanda, a striscia, a cintura, a slip, a triangolo);

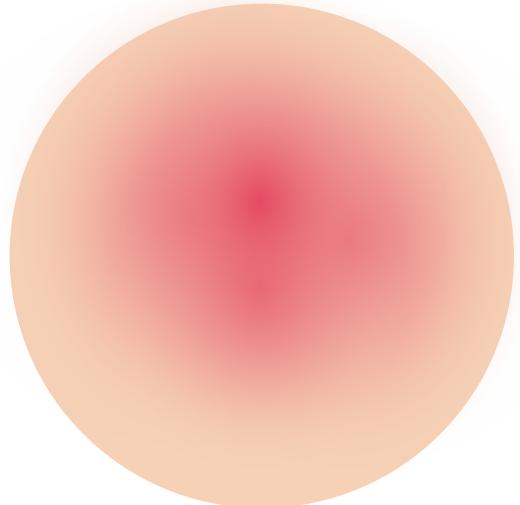
- se la taglia, il modello, il tipo e il modo d'uso sono adeguati allora mantengono anche la pelle asciutta; **se la pelle rimane bagnata è a rischio di arrossarsi e rompersi** creando lesioni da pressione;
- alcuni modelli hanno al loro interno una **lozione dermoprotettiva** che aiuta a nutrire e proteggere la pelle;
- altri modelli hanno la presenza al loro interno di **prodotti che riducono** la formazione dell'**odore** tipico di urine, spesso fastidioso;
- Per avere indicazioni su quale dispositivo (pannolone/pannolino) scegliere sia per le diverse esigenze e sia sul corretto utilizzo rivolgiti al Distretto sanitario, o al Farmacista di fiducia.

CONTROLLO DELLA CUTE

Controlla sempre la pelle anche se usi materassi/cuscini o medicazioni speciali.



arrossamento



RICORDA: La pelle secca e con poca igiene facilita la formazione di ferite e lesioni!



Cosa fare per prevenire e trattare l'arrossamento persistente (chiamato anche I STADIO)?

A volte, nonostante gli interventi di prevenzione, si crea un **arrossamento persistente** che è l'inizio di una lesione da pressione. È importante intervenire subito per evitare il peggioramento.

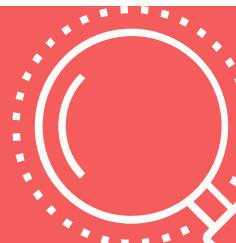
Ricordati che la pelle va mantenuta sempre pulita, asciutta, idratata e protetta attraverso l'igiene e prodotti specifici. Ed è importante cambiare la posizione per evitare punti di pressione.

Prodotti ad azione protettiva/barriera

Ci sono prodotti chiamati “barriera” utili per proteggere la pelle dall’irritazione data dal contatto continuo di urine, feci e/o sudore. Sono isolanti e resistenti all’acqua e creano una pellicola trasparente che isola la pelle. Puoi usare, per esempio i prodotti a base di **dimeticone (silicone)**, di **polimeri acrilati** che sono indicati sia per la pelle integra che per la pelle lesa oppure i **cianoacrilati**, che, oltre all’azione di barriera ad alta protezione sono indicati per la pelle lesa e riducono il bruciore e il dolore.



IMPORTANTE: controlla ogni giorno la pelle del tuo familiare/ assistito nelle zone maggiormente a rischio di sviluppare le lesioni e che non ci siano arrossamenti.



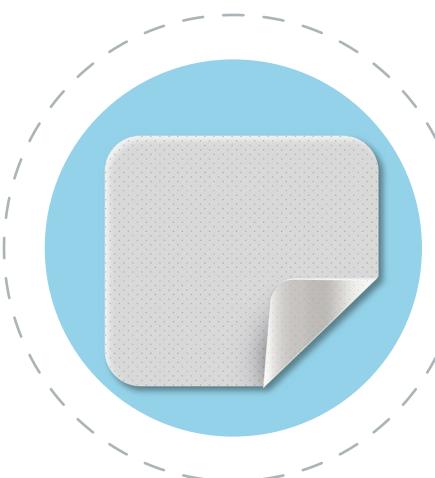
Prodotti ad azione antimicrobica e/o antinfiammatoria

Sono prodotti che puoi utilizzare soprattutto nelle zone dove c'è maggior umidità, diminuiscono il rossore, il bruciore, e di conseguenza il dolore, assorbono l'umidità, aiutano la cicatrizzazione e quindi a "ricreare la pelle sana".

Sono prodotti che contengono **argento e suoi derivati, sulfadiazina argentica** anche associati all'**acido ialuronico** o al **caolino** e quelli con **ossido di zinco**.

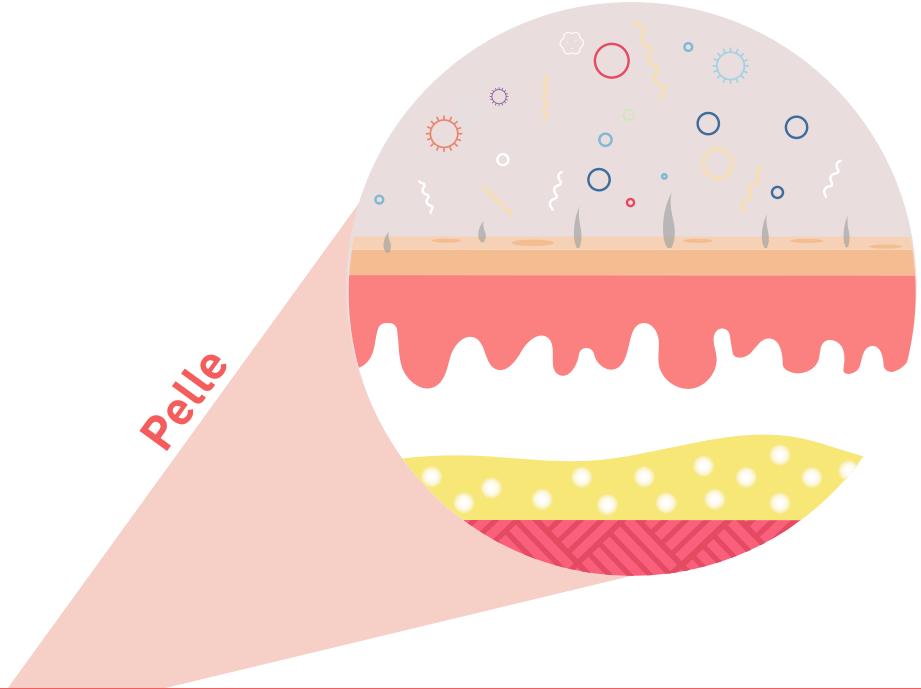
Questi prodotti vanno applicati su pelle arrossata/infiammata, e/o con piccole ferite; pur creando una minima barriera, non sono resistenti all'acqua; devono essere riapplicati dopo ogni igiene intima e lavaggio.

Medicazioni speciali



Sono medicazioni che possono essere applicate sulla pelle integra ma a rischio di rompersi, aiutano a prevenire la formazione delle lesioni da pressione. Sono medicazioni a base di **idro-colloide, film di poliuretano, schiume di poliuretano** o con **silicone**.

Chiedi consiglio al tuo sanitario di fiducia.

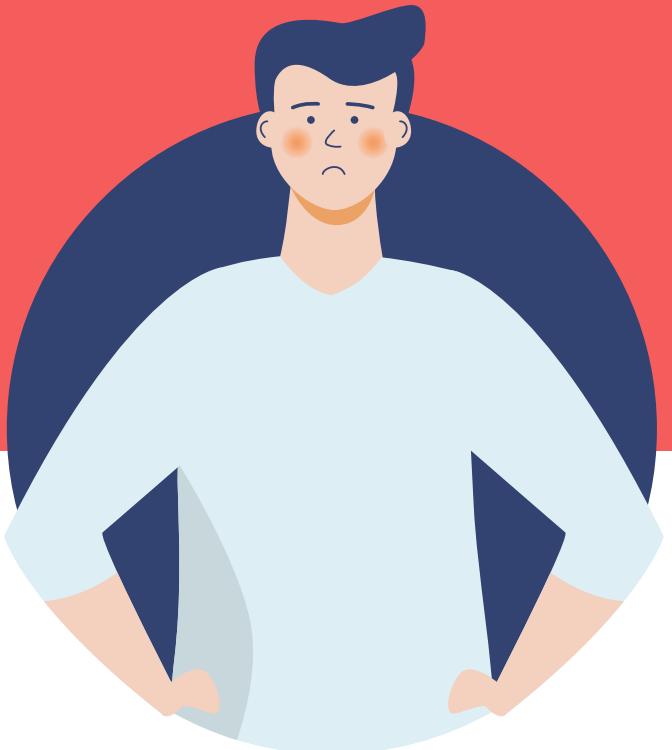


Se l'arrossamento persiste o peggiora?

Se noti che l'arrossamento non migliora o peggiora, rivolgiti al tuo medico curante, all'infermiere esperto di lesioni cutanee della tua zona, all'infermiere del tuo Distretto

Contatti e informazioni

Ulteriori informazioni e riferimenti riguardo la lesione da pressione sono disponibili dal sito www.aislec.it o possono essere richieste a segreteria@aislec.it



A cura di:

AISLeC - Associazione Infermieristica per lo Studio delle Lesioni Cutanee

Realizzato da Infermieri specialisti in lesioni cutanee

Revisione edizione anno 2021

Responsabile:

Silvia Bond (PN)

Testi di:

Silvia Bond, infermiera specialista in wound care (Pordenone)

Elisa Trentini, infemiera specialista in wound care (Trento)

Revisione linguistica:

Dott.ssa Chiara Cipolat Mis

Dott.ssa Emanuela Ferrarin

Biblioteca Scientifica e per Pazienti, CRO Aviano PN



Revisione di stampa

Grafica ed impaginazione

Sintex Servizi

Via San Gregorio, 12 - 20124 Milano - +39 02 36590350

info@sintexservizi.it

www.sintexservizi.it

Bibliografia

European Pressure Ulcer Advisory Panel, National Pressure Injury Advisory Panel and Pan Pacific Pressure Injury Alliance. Prevention and Treatment of Pressure Ulcers/Injuries: Quick Reference Guide. Emily Haesler (Ed.). EPUAP/NPUAP/PPPIA: 2019

World Union of Wound Healing Societies (WUWHS) Consensus Document. Role of dressings in pressure ulcer prevention. Wounds International, 2016

NICE (National Institute for Health and Clinical Excellence). Pressure ulcers: prevention and management; 2014

Copyright © 2023 AISLeC
Versione del 01/05/2023

Gli autori dichiarano di non avere conflitti d'interesse per questa pubblicazione.
Queste informazioni intendono favorire la comunicazione tra medico e paziente e non sostituiscono quanto il medico può indicare alla singola persona.



AISSEC APS

ASSOCIAZIONE
INFERMIERISTICA
PER LO STUDIO DELLE
LESIONI CUTANEE

Società scientifica italiana
a carattere interdisciplinare

Scansiona il QR Code e ascolta il podcast,
per approfondire i contenuti.

