Patsiendikool

Ühe minuti õppimine

Nr 37

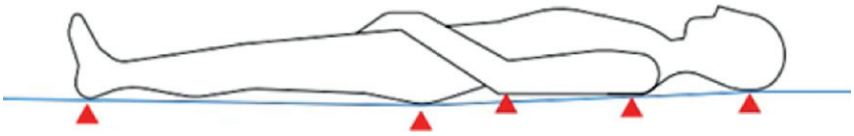
LAMATISE RISKIPIIRKONNAD JA ENNETUSMEETMED

Lamatis võib tekkida igas pehmes koes, kuid sagedamini kehapiir-kondades, kus nahaalune rasv- ja lihaskude on vähene ning nahk paikneb luupinna lähedal. Seetõttu on oluline ennetada nende tekkimist ja kasutada sobivaid ennetusmeetmeid:

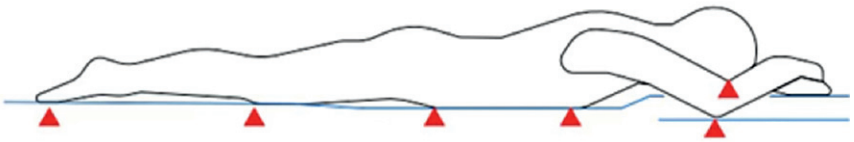
- **Jälgi**, et raskus jaotuks ühtlasemalt surve-piirkondades: kasuta lambanahka, pehmendusi, spetsiaalseid pehmendavaid plaastreid
- **Jälgi**, et asendit oleks muudetud regulaarselt ja juba kahjustunud koht oleks survevabam
- **Jälgi**, et nahk oleks terve: nahka kuivata tupsutades, väldi hõõrumist, kuiva nahka kreemita
- **Jälgi**, et voodipesu jms oleksid puhtad ja kuivad
- **Jälgi**, et söömine-joomine oleks tasakaalustatud ja piisav

RISKIPIIRKONNAD

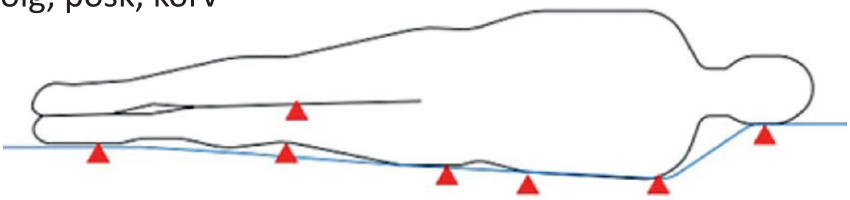
Selili asendis:
kannad, ristluu, küünarnukid, abaluud, kukal



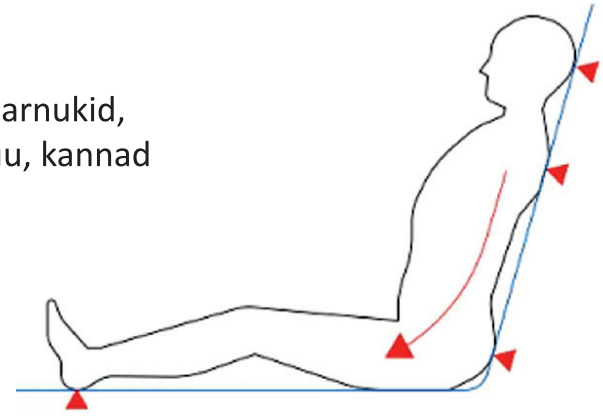
Kõhuli asendis:
varbad, põlved, puusanukid, rinnak, rindkere, küünarnukid, lõug, laup



Külili asendis:
pahkluud, põlved, puusad, küünarnukk, roided, õlg, põsk, kõrv



Istuvas asendis:
kukal, selg, küünarnukid, ristluu, istmikuluu, kannad



Kinnitatud 10.26, versioon 01