

Государственное бюджетное
учреждение
«УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ
ЦЕНТР СИСТЕМЫ
СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ
ОРЕНБУРГСКОЙ
ОБЛАСТИ»



«Система долговременного ухода»

Профилактика осложнений и оказание
первой помощи до оказания медицинской
помощи при осуществлении
долговременного ухода



Профилактика падений

Падение - происшествие, при котором человек внезапно оказывается на земле или на другой низкой поверхности, за исключением случаев, являющихся следствием нанесенного удара, потери сознания, внезапного паралича или эпилептического припадка



Падения в пожилом возрасте – многофакторный синдром

- **Биологический** - индивидуальные проблемы человека и изменения связанные со старением.
- **Поведенческий** – действия человека и эмоции (лекарства, алкоголь, недостаточная физическая активность)
- **Средовый** – небезопасный быт и средовое пространство
- **Социально-экономический** – социальные условия, экономический статус и социальное взаимодействие



Основные факторы защиты от падений



Обеспечение доступной и безопасной среды



Изменение поведения

СМЕРТНОСТЬ СВЯЗАННАЯ С ПАДЕНИЕМ:

65 ЛЕТ – от 50 – 100 000 чел

75 ЛЕТ – от 150 – 100 000 чел

85 ЛЕТ- 5252 – 100 000 чел

**причина 2/3
смертельных травм**



Классификация падений в зависимости от факторов

Факторы риска падений





Заболевания увеличивающие риск падения

- Низкое АД
- Нарушение координации
- Недержание
- Диабет
- Альцгеймер
- Лекарственные средства





Риск падений дома

Общее

- Состояние пола в каждой комнате
- Освободите проходы
- Установите светильники
- Уберите провода
- Уберите ковры
- Уберите неустойчивые предметы

Ванная и туалетная комната

- Нескользящий коврик
- Специальное сиденье
- Душ без стенок и бортиков
- Оборудованное пространство



Что необходимо избегать

- Самостоятельно доставать предметы с верхних полок и антресолей
- Становиться на стремянки и стулья
- Доставать предметы размещенные на нижних полках

Для связи с внешним миром

- Телефонный аппарат установить ближе к полу
- Носить мобильный с собой
- Сигнальная кнопка на мобильном устройстве



Профилактика падений

- Использовать вспомогательные средства
- Добавить физическую нагрузку
- Лечение заболеваний:
(болевого синдром, головокружения, снижение зрения, нарушение памяти, умственных способностей, деменция)
- Поддержка со стороны семьи





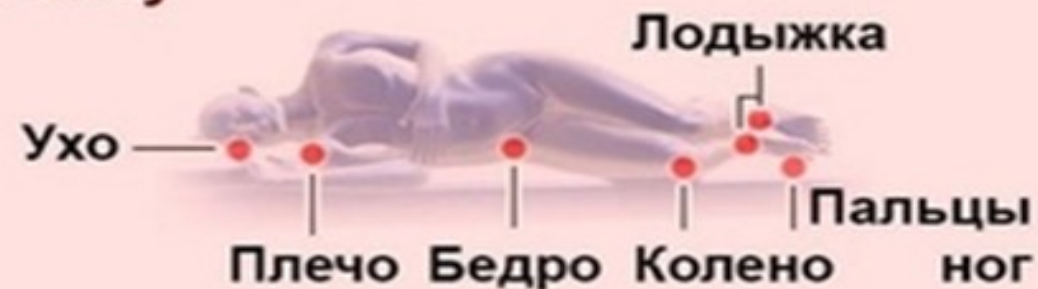
Профилактика и лечение пролежней

Места локализации пролежней

На спине



На боку



Полусидя / полулежа



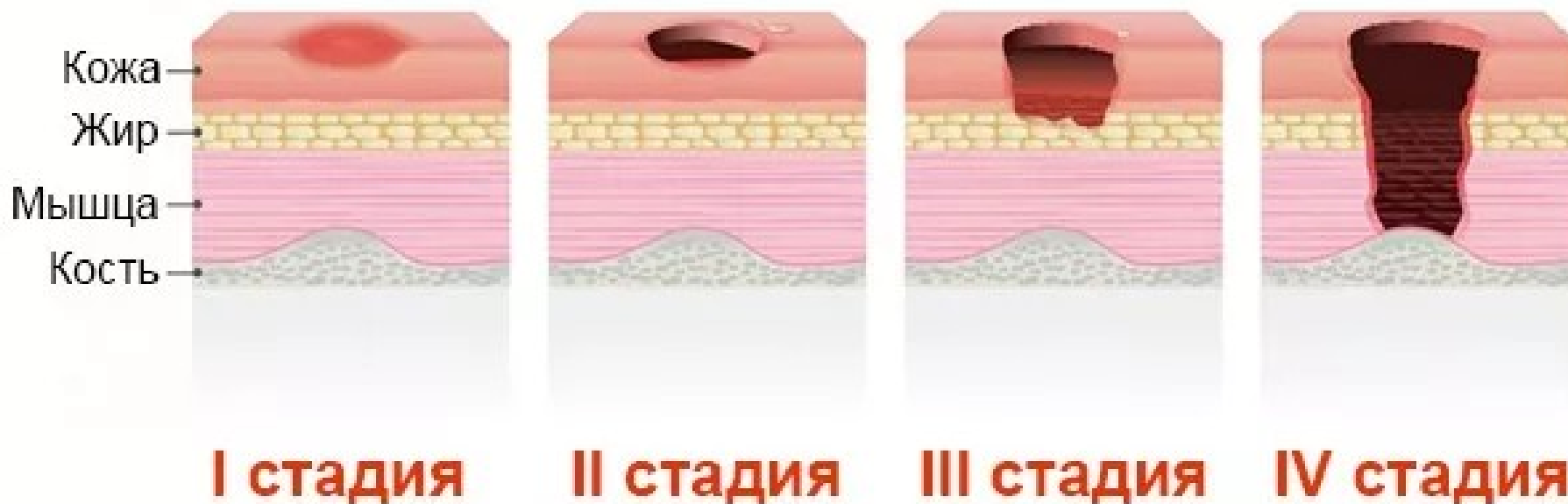
Сидя в инвалидной коляске





Классификация пролежней

СТАДИИ ПРОЛЕЖНЕЙ





Места локализации пролежней

На спине



На боку



Полусидя / полулежа



Сидя в инвалидной коляске





Профилактика пролежней

- Ежедневная проверка кожи
- Смена положения каждые 2-3 часа
- Использовать специальные приспособления
- Мягкое постельное белье и одежду из натуральных материалов.
- Комфортная температура
- Чистое и сухое постельное белье
- Использование специальных гигиенических средств



Профилактика контрактур

- Разгибательную (с ограничением сгибания в суставе)
- Сгибательную (с ограничением разгибания)

Причины образования контрактур:

- Неправильное позиционирование
- Дистрофические и воспалительные процессы в суставах

Факторы риска образования контрактур:

- Немобильные и лежащие
- Бессознательное состояние
- Сидячий образ жизни
- Переломы, инсульты, деменция и депрессия



Профилактика тромбоза вен

- Правильный угол наклона кровати
- Компрессионное белье
- Надувные гетры
- Медикаментозные препараты назначенные врачом
- Лечебная физкультура
- Уменьшение употребления соли
- Соблюдение питьевого режима

Тяжелые заболевания:

- ✓ Инсульт, инфаркт
- ✓ Ишемия органов брюшной полости и забрюшинного пространства
- ✓ Гангрена конечностей



Профилактика опрелостей

1 стадия – покраснение кожи

2 стадия – покраснения + мелкие повреждения

3 стадия – раневая поверхность с выделениями жидкости

4 стадия – незаживающие язвы + вторичная инфекция

Факторы риска:

- Ожирение
- Сахарный диабет
- ВИЧ
- Гипергидроз

Лечение:

1-2 стадии лечение местное

3-4 стадии-антибиотики



Профилактика опрелостей

- Своевременная смена постельного белья
- Своевременная смена нательного белья
- Своевременная смена подгузников и отсутствие на нем складок
- Тщательная гигиена тела
- Обработка склонных к опрелостям мест



Опрелости – это местное воспаление кожи в результате длительного воздействия влаги



Профилактика потницы

Потница (тепловой лишай) – это раздражение кожи, обусловленное замедленным испарением пота на фоне повышенного потоотделения.

Причины возникновения потницы:

- закупорка эккринных потовых желез, или ее протоков
- нарушения целостности потовых желез
- интенсивное потоотделение
- некоторые эндокринные патологии и обменные заболевания
- бактериальные поражения тканей кожи, потовых желез

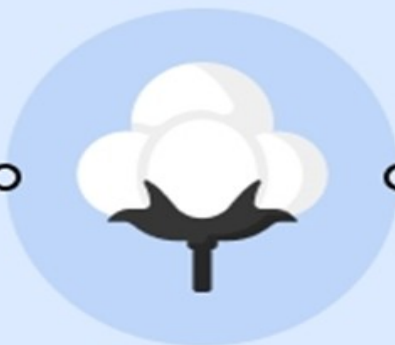


ПРАВИЛА ГИГИЕНЫ ПРИ ПОТНИЦЕ:

Заболевание проходит в течение нескольких дней при соблюдении правил гигиены:



Избегать перегрева
и избыточного
потоотделения



Носить свободную
одежду из натуральных
тканей



Регулярно принимать
воздушные ванны
и теплый душ

При необходимости можно использовать **эффективные средства против зуда и воспаления**. Если симптомы не проходят или ухудшаются, обратиться к врачу.



Профилактика пневмонии у лежачих больных

Основные симптомы пневмонии



Заболевания провоцирующие пневмонию:

- Рак
- Инсульт
- Травмы рук и ног
- Прочие заболевания легких

Профилактика пневмонии:

- Не переохлаждать организм
- Избавляться от стресса
- Сбалансированное питание
- Отказ от вредных привычек
- Свежий воздух



Профилактика аспирации

Аспирационная пневмония развивается на фоне случайного попадания твердых частиц (инородных тел) или жидкости в воздухоносные пути.

Логопеды специализируются на восстановлении функции глотания.

Мероприятия по подбору положения тела

- подъем головного конца кровати
- положение сидя
- Загустители жидкости
- Гимнастика а дыхательные упражнения



Профилактика обстипации (запора)

Обстипация — это задержка стула, невосприимчивая к лечению и коррекции диеты и связанная с постоянной потерей функции толстого отдела кишечника.

Симптомы:

- Недостаточный аппетит или полное его отсутствие
- Неприятный запах изо рта и налет на языке
- Периодическая тошнота

Психогенная причина запоров наиболее актуальная для людей, которые находятся в лежачем положении и у которых сохранены когнитивные функции.

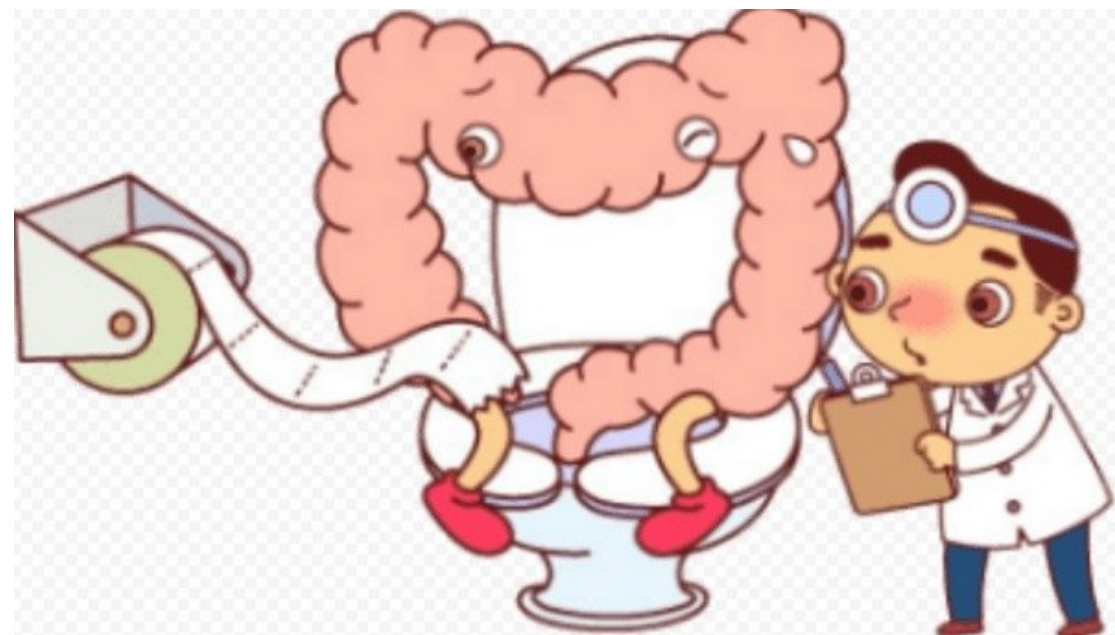


Профилактика обстипации (запора)

Запор → **Врач**

Меры профилактики:

- Условия для нормального опорожнения
- Коррекция рациона
- Массаж и гимнастика
- Соблюдение питьевого режима





Профилактика обезвоживания

Признаки обезвоживания:

- Сухость во рту и на губах
- Темная моча и уменьшение ее объема
- Запоры
- Усталость, слабость, головокружение
- Повышение температуры без очевидной причины





Тест на определение обезвоживания



Снижение упругости кожи
определяется путем захвата и
отпускания кожной складки

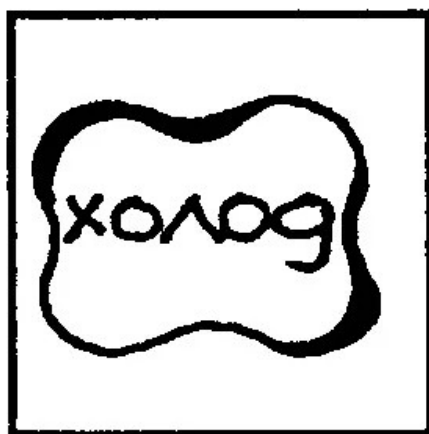
Рекомендации по регулированию питьевого режима:

- Регулярное предложение жидкости
- Контроль за признаками
- Дополнительные факторы
- Разнообразие напитков

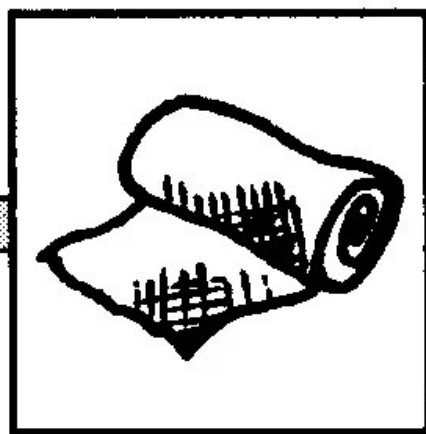


Первая помощь при ушибах

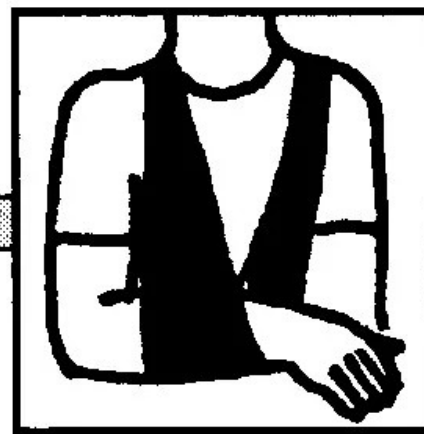
Оказание первой медицинской помощи при ушибах



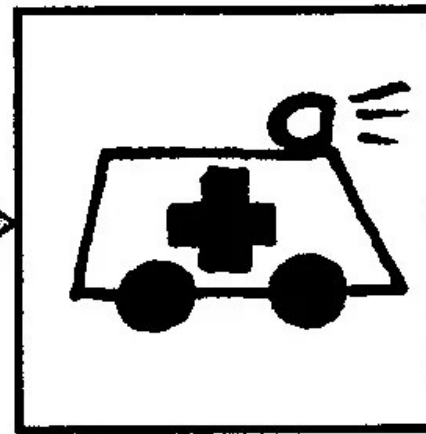
Наложить холод
на место ушиба



Наложить
на место ушиба
тугую повязку



Обеспечить покой
поврежденной
конечности



Доставить
пострадавшего
в медицинское учреждение



Разрыв связок, мышц и сухожилий. Первая помощь.



Первая помощь при разрыве связок, сухожилий и мышц:

- Холод на область травмы
- Покой
- Иммобилизация подручными средствами
- Обращение в лечебное учреждение

Характерные признаки разрыва связок:

- Резкая боль
- Нарушение двигательной функции
- Припухлость в области сустава
- Часто - деформация сустава

Характерные признаки разрыва сухожилий:

- Припухлость
- Болезненность
- Нарушение сгибательной или разгибательной функции

Характерные признаки разрыва мышц:

- Сильные боли
- Кровоизлияния
- Отек
- Резкое ограничение движений



Первая помощь при вывихах

Стойкое ненормальное смещение суставных поверхностей относительно друг друга с повреждением суставной сумки, а иногда и связочного аппарата

Признаки:

- **Сильная боль**
- **Деформация в области сустава**
- **Нет активных движений в суставе, пассивные ограничены и болезненны**
- **Изменена длина конечности**

Первая помощь:

- **Холод на область сустава**
- **Фиксирование конечности**
- **Лечебное учреждение**





Перелом бедра

Характерные признаки:

- Снижение подвижности суставов.
- Укорочение конечности или разворот ноги в сторону.
- Выраженные болевые ощущения
- Симптом «прилипшей пятки»
- Отек мягких тканей.
- Кровоизлияние
- Кровотечение

Первая помощь:

- Вызвать скорую помощь
- Кровотечение при открытом переломе - остановить (чистая повязка, жгут или подручные средства)
- Обработать края раны антисептиком, наложить повязку (открытый перелом)
- Иммобилизация конечности





Первая помощь при термических ожогах

Степени ожогов



1. Повреждения рогового слоя клеток кожи. Незначительный отек и жгучие боли, быстро проходящие.

2. Обожженная кожа — интенсивно красного цвета. Пузыри наполнены прозрачной жидкостью. Резкая боль.

3. Повреждения более глубоких слоев кожи. Образуются пузыри и корочки-струпья.

4. Обугливание кожи, подкожной клетчатки и подлежащих тканей вплоть до костей.



Первая помощь при термических ожогах

- Определить нет ли опасности для спасателя
- Вынести пострадавшего из зоны действия термического фактора
- Потушить одежду
- Охладить обожженные участки тела
- Сухая асептическая повязка
- Напоить пострадавшего жидкостью
- Лечебное учреждение





**БЛАГОДАРЮ
ЗА
ВНИМАНИЕ !**