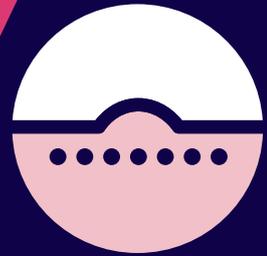


Lesioni da pressione

Informazioni per residenti, famiglie ed accompagnatori



Per lesione da pressione si intende un'area danneggiata della pelle e l'area sotto la pelle.

Ciò accade a causa di pressione costante: ad esempio se stai seduto o rimani nella stessa posizione, la pelle si può danneggiare in solo una o due ore.

Può accadere anche per attrito o taglio: ad esempio lo sfregamento quando ti infili nel letto o scivoli sulla sedia o lo sfregamento continuo di scarpe strette.

Le lesioni da pressione si verificano più spesso su parti ossee del corpo come i talloni, le dita dei piedi o l'osso sacro (coccige).

Le lesioni da pressione sono anche chiamate lesioni da decubito, piaghe da pressione e ulcere da pressione.

Anche se le lesioni da pressione possono avere un grosso impatto sulla salute, spesso si possono evitare e si possono curare.

Come prevenire le lesioni da pressione

- Fai un controllo della pelle ogni giorno. Controlla se vi sono cambiamenti come rossore, aree scure, gonfiore, vesciche o ferite: sono sintomi che vi sono lesioni da pressione. Ti può anche fare un po' male. Informa subito il personale.
- Controllare la pelle è molto importante se hai difficoltà a muoverti da solo, se hai perso la sensibilità o sei stai male.
- Cambia posizione quando sei seduto su una sedia o sei a letto. Anche fare dei piccoli movimenti aiuta a bloccare il danneggiamento della pelle.
- Usa dei cuscini e dei cunei di spugna in modo da diminuire la pressione sulle aree ossee. Non utilizzare anelli di spugna o borse d'acqua.
- Chiedi al personale se vi è la possibilità di usare un materasso specifico per la riduzione della pressione.
- Non strofinare o massaggiare la pelle sulle aree ossee (ad esempio sulle ossa dell'anca).
- Evita il contatto con le superfici dure, in particolare sui talloni o sull'osso sacro.

Come puoi prenderti cura della tua pelle

- Utilizza un bagnoschiuma senza sapone o salviettine senza profumi aggiunti. Sono di gran lunga migliori per la tua pelle del sapone e non la seccano. È possibile acquistare questi prodotti al supermercato o in farmacia.
- Quando asciughi la pelle, fallo con dei leggeri colpetti. Non strofinare troppo.

- Usa una crema idratante sulla pelle due volte al giorno, poiché la pelle secca si danneggia facilmente.
- Se hai problemi di incontinenza (se ti bagni o sporchi i pantaloni), utilizza degli assorbenti e creme protettive o salviettine per evitare danni alla pelle.
- Mangia alimenti sani (frutta e verdura) e bevi molti liquidi (a meno che tu non abbia un limite per i liquidi).

Come gestire le lesioni da pressione

- Non fare peso sulla lesione da pressione. Facendo così impedirai il peggioramento e aiuterai la guarigione.
- Evita di strofinare o massaggiare l'area danneggiata.

Collaborazione

Tu e la tua famiglia siete membri importanti del team di assistenza. Tu sai cosa è normale per te.

Fai sapere al personale se noti dei cambiamenti della pelle. Non aspettare di vedere se starai meglio: è sempre meglio ottenere aiuto in anticipo.

Collaborare con il personale ti aiuterà a mantenerti in salute e fuori dall'ospedale. Parla con il personale e fai domande. Hanno bisogno del tuo aiuto per assisterti al meglio.

Domande da fare al personale

- Mi puoi aiutare a controllare la pelle?
- C'è niente che possa essere usato per fermare la pressione sulla pelle?



Clausola esonerativa: Queste informazioni sulla salute sono solo di carattere generale. Consulta il medico o un altro operatore sanitario per assicurarti che queste informazioni siano adatte alla tua situazione.

Per ricevere questo documento in un formato accessibile, manda un'email a acqiu@dhhs.vic.gov.au

Autorizzato e pubblicato dal Governo del Victoria, 1 Treasury Place, Melbourne.

© Stato del Victoria, Department of Health and Human Services, febbraio 2016. ISBN 978-0-7311-6809-5
Disponibile all'indirizzo <https://www2.health.vic.gov.au/ageing-and-aged-care/residential-aged-care/safety-and-quality/participating-with-consumers>