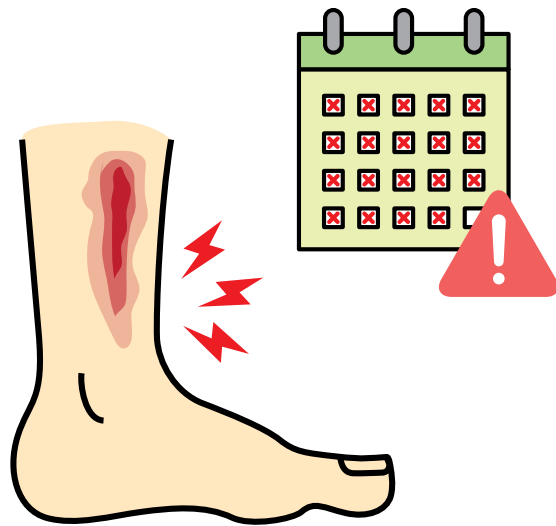


AMBULANCE HOJENÍ RAN NEHOJÍCÍ SE RÁNA/ CHRONICKÁ RÁNA



NEHOJÍCÍ SE RÁNA NEBO TAKÉ CHRONICKÁ RÁNA je poškození kůže a hlubších tkání, které se hojí pomalu – nejméně 4 týdny. Mezi nehojící se rány řadíme např.:

1. **PROLEŽENINY/TLAKOVÉ VŘEDY** (dekubity)
2. **BÉRCOVÉ VŘEDY** (ulcus cruris žilního i tepenného původu)
3. **DIABETICKÉ VŘEDY** (syndrom diabetické nohy)
4. **ONKOLOGICKÉ RÁNY**

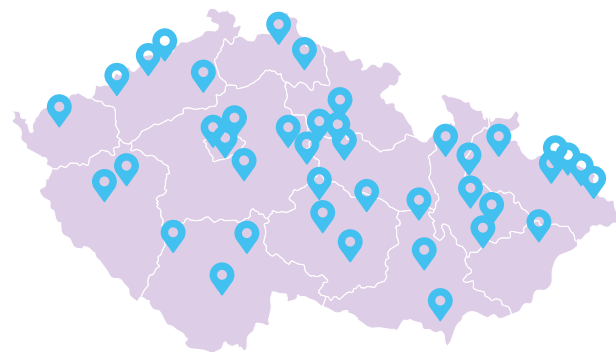
KDE SE MŮŽETE LÉČIT S NEHOJÍCÍ SE RÁNOU?

Nejlépe v ambulancích s garancí kvality péče od České společnosti pro léčbu ran.

Tyto ambulance naleznete na:



www.zahojime.cz/odbornici/organizace-pece-o-nehojici-se-rany



- Benešov
- Bohumín
- Boskovice
- Brno
- Břeclav
- Bruntál
- České Budějovice
- Český Těšín
- Čáslav
- Chrudim
- Hradec Králové
- Havlíčkův Brod
- Jihlava
- Kadaň
- Kolín
- Kroměříž
- Liberec
- Most
- Nové Město na Moravě
- Olomouc
- Ostrava
- Pardubice
- Pelhřimov
- Paseka
- Plzeň
- Praha
- Přelouč
- Přerov
- Semily
- Soběslav
- Sokolov
- Stod
- Strakonice
- Šumperk
- Teplice
- Třebíč
- Třinec
- Vsetín

PODIATRICKÉ AMBULANCE

Pokud máte diabetickou nohu (např. ránu na noze související s cukrovkou), měli byste navštěvovat podiatrickou ambulanci.

Tyto ambulance naleznete na:

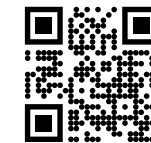


www.diab.cz/seznam-podiatrickych-ambulanci

- Brno
- Benešov
- Břeclav
- České Budějovice
- Frýdek-Místek
- Havlíčkův Brod
- Hradec Králové
- Chotěboř
- Jihlava
- Jilemnice
- Karlovy Vary
- Liberec
- Mladá Boleslav
- Olomouc
- Ostrava
- Ostrava
- Pardubice
- Plzeň
- Praha
- Příbram
- Benešov
- Soběslav
- Sušice
- Trutnov
- Třinec
- Ústí nad Labem
- Zlín

Tento letáček je k dispozici také v elektronické podobě na:

www.zahojime.cz

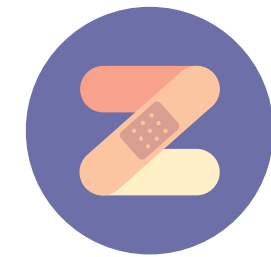


ZAHOJÍME

Pacientská organizace ZAHOJÍME z.s.

Datum vydání: březen 2024, 1. vydání, Sezimovo Ústí 2024

Grafika: Ing. Jana Vaňková



ZAHOJÍME

WWW.ZAHOJIME.CZ

STRUČNÁ DOPORUČENÍ PRO LAICKOU VEŘEJNOST PÉČE O RÁNY V DOMÁCÍM PROSTŘEDÍ



**Jak se správně starat o ránu?
Co dělat s nehojící se ránou?**

Kde hledat pomoc v případě komplikací?

Hlavní autorka: PhDr. Adéla Holubová, Ph.D., MBA
Spoluautoři: prof. PhDr. Andrea Pokorná, Ph.D., MUDr. Jan Strjya, Ph.D.,
prof. MUDr. Samuel Vokurka, Ph.D.

Materiál schválený Česká společnost pro léčbu rány

STRUČNÁ DOPORUČENÍ PRO LAICKOU VEŘEJNOST

PŘI PŘEVAZECH V DOMÁCÍM PROSTŘEDÍ

Pokud je to možné, provádějte převaz v **dopoledních hodinách**. Po převazu budete pravděpodobně pociťovat mírnou bolest (což je normální), která by měla odeznít cca do 3 hodin. Pacienti s cukrovkou nemusí pociťovat žádnou bolest. Pokud vnímáte silnou bolest, požádejte svého ošetřujícího lékaře o **léky proti bolesti**. Velká bolest v ráně brání v procesu hojení.

Následující postup je určen soběstačným či částečně soběstačným pacientům.

A) Příprava pomůcek a plochy k provedení převazu



1. PŘÍPRAVA PŘEVAZOVÉ PLOCHY

- Přebaz provádějte na ploše, která je omyvatelná.
- Vydezinfikujte převazovou plochu dezinfekcí na tyto plochy určenou.
- Místo převazu chraňte nesmáčivou podložkou.



2. VYDEZINFIKUJTE SI RUCI

 alkoholovou dezinfekcí a vyčkejte do zaschnutí.

3. JEDNORÁZOVÉ RUKAVICE

- Navlékněte si první pár jednorázových rukavic.

B) Provedení převazu, hygieny rány a aplikace krytí

Odstranění materiálu použitého k předcházejícímu převazu rány provádíme stranou (nejlépe v koupelně) od připravené, čisté plochy (bod A-1).



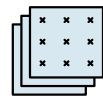
4. ODSTRANĚTE STARÝ PŘEVAZOVÝ MATERIÁL

- Použitý převazový materiál postupně odkládejte na předem připravenou jednorázovou podložku nebo ho vložte přímo do igelitového sáčku.



5. HYGIENA RÁNY

- Osprchujte ránu a její okolí nejlépe v rozsahu 20 cm od rány (pokud je rána na noze, pak i meziprstní prostory).



- Ruce v rukavicích si namydlete, umyjte nejprve spodinu rány, poté její okolí.
- Použijte např. gázové čtverce nebo průmyslově vyráběné prostředky pro čištění rány a kruhovými pohyby umyjte spodinu rány (drobného krvácení ze spodiny rány se nemusíte obávat).
- Za použití jednorázových ručníků okolí rány osušte (pokud je rána na noze, pak i meziprstní prostory).
- Použitý materiál vložte do igelitového sáčku.
- Sundejte jednorázové rukavice a vložte je do igelitového sáčku.



6. VYDEZINFIKUJTE SI RUCI

 alkoholovou dezinfekcí a vyčkejte do zaschnutí.

7. PŘESUŇTE SE K MÍSTU, KDE JSTE SI VYDEZINFIKOVALI PŘEVAZOVOU PLOCHU

- Položte ošetřovanou část těla na nesmáčivou podložku.



8. JEDNORÁZOVÉ RUKAVICE

- Navlékněte si druhý pár jednorázových rukavic.



9. APLIKACE PŘEVAZOVÉHO MATERIÁLU

- Aplikujte materiál určený k převazům rány.
- Materiál určený k vyhození vložte do igelitového sáčku.
- Promažte kůži v okolí rány zvláčňujícím krémem.
- Nikdy neaplikujte krém na ránu a do meziprstních prostor.



C) Úklid a dezinfekce ploch



10. ÚKLID

- Materiál určený k vyhození (včetně jednorázových rukavic) vložte do igelitového sáčku.
- Igelitový sáček s převazovým materiálem vyhodte do k tomu určeného odpadu. Postupujte dle pokynů, které jste obdrželi od ošetřujícího personálu.



11. DEZINFEKCE PLOCH

- Vydezinfikujte převazovou plochu dezinfekcí na tyto plochy určenou.
- Vydezinfikujte místo, kde jste odstraňovali převazový materiál, a sprchu či vanu, kde jste ránu omývali.



12. VYDEZINFIKUJTE SI RUCI

 alkoholovou dezinfekcí a vyčkejte do zaschnutí.

Ručníky, ložní prádlo, oblečení aj., které je ve styku se sekretem z rány či s ránou samotnou, perte minimálně na 60 °C s přidaným dezinfekčním prostředkem (pokud je to možné).

D) Aplikace pomůcek specifických pro léčbu konkrétního onemocnění



APLIKACE KOMPRESIVNÍCH OBINADEL (BANDÁŽE DOLNÍCH KONČETIN)

- Typ bandáže dolních končetin provádějte dle doporučení lékaře.

POUŽÍVÁNÍ ODLEHČOVACÍCH POMŮCEK

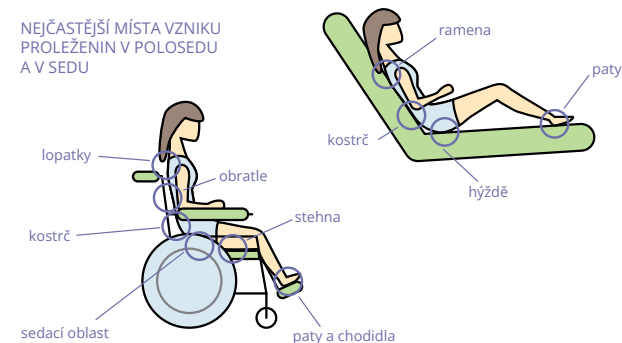
u pacienta s diabetickou nohou. Odlehčení postižené části nohy je pro hojení rány velice důležité.



POUŽÍVÁNÍ VHDNÝCH POMŮCEK K POLOHOVÁNÍ PACIENTŮ S PROLEŽENINAMI

Snížení tlaku a třecí síly je pro léčbu proleženin velmi podstatné a působí preventivně proti vzniku nových tlakových vředů (dekubitů).

NEJČASTĚJŠÍ MÍSTA VZNIKU PROLEŽENIN V POLOŽENÍ A V SEDU



POZOR NA MOŽNÉ KOMPLIKACE!



V následujících případech se může jednat o známky možného **ZÁNĚTU/INFEKCE A ZHORŠENÍ STAVU RÁNY**:

- viditelné prohloubení rány
- změna barvy nohy
- bolestivost je větší než obvykle
- výskyt otoku je větší než obvykle
- zarudnutí (zčervenání) okrajů a okolí rány
- teplé až horké okolí rány
- pocit tepla/horkosti v ráně
- zápach rány je větší než obvykle
- sekrece z rány je větší než obvykle
- sekret z rány je hustější než obvykle (má nažloutlou až nazelenalou barvu nebo barvu mléka)
- na spodině rány převažuje žlutá nebo černá barva (tento stav je horší ve srovnání s předchozím stavem rány)
- zhoršená funkce končetiny či části těla, na které je rána (tento stav je horší než obvykle)
- výskyt macerace (rozmočené okraje) na okrajích a v okolí rány

Pokud pozorujete tyto známky zánětu/infekce a zhoršení stavu rány, zkontaktujte ambulanci/ zdravotnický personál, který vám ránu léčí!

DŮLEŽITÁ UPOZORNĚNÍ

Rány mohou být kontaminovány bakteriemi odolnými vůči běžným antibiotikům. Pacient by si neměl bez předchozí rady s lékařem sám aplikovat antibiotika (včetně lokálních prostředků, např. mastí). Při nevhodně zvolené antibiotické léčbě narůstá odolnost bakterií vůči antibiotikům. Pacient a další laičtí pečující by měli dodržovat základní hygienická opatření (mytí a dezinfekci rukou), a to i v případě, že se dotýkají obvazového materiálu (mimo převaz). **Obvazový materiál potřísněný sekretem může kontaminovat okolí pacienta!**

Rány, které zasahují do hlubokých vrstev tkání nebo až ke kosti, by se sprchovat neměly. **O sprchování rány se vždy poraďte se svým ošetřujícím lékařem nebo s konzultantkou pro hojení ran.**