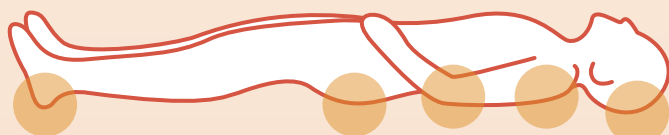


Com prevenir les úlceres per pressió?

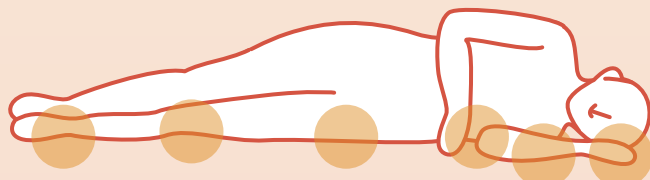
Una úlcera és una lesió que apareix en una zona de teixit tou que ha estat comprimida durant molt temps entre dos plans durs: les prominències òssies de la persona i una superfície externa (llit, cadira...). La pressió provoca una falta de reg sanguini que pot provocar la mort de les cèl·lules.



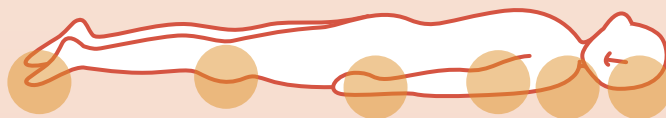
On apareixen les úlceres?



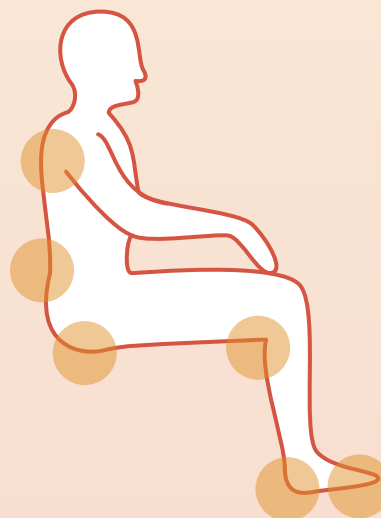
Talons / Sacre / Colzes / Omòplats / Cap



Turmell / Genolls / Malucs / Costelles / Espatlles / Orelles



Dits / Genolls / Genitals / Mames / Espatlles / Galtes



Omòplats / Lumbars / Natges
Fossa poplitea / Taló / Metatars



Si apareixen envermelliments permanents de la pell, butllofes o punts negres (negrosi) és important avisar l'equip de salut.

Com prevenir-les?



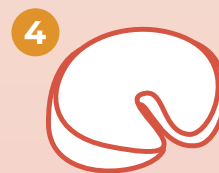
1 Realitzar un canvi de postura cada 2h.



2 Tenir cura de la pell: utilitzar sabó de ph neutre, eixugar bé la pell i mantenir-la ben hidratada.



3 Si la persona utilitza bolquer, vigilar que la pell en contacte amb aquest no quedi humida.



4 Utilitzar dispositius com coixins antiescares per amortitzar la pressió.



La immobilitat, la malnutrició, la pell seca i fràgil o els problemes circulatoris són els principals factors que afavoreixen l'aparició d'úlceres per pressió.