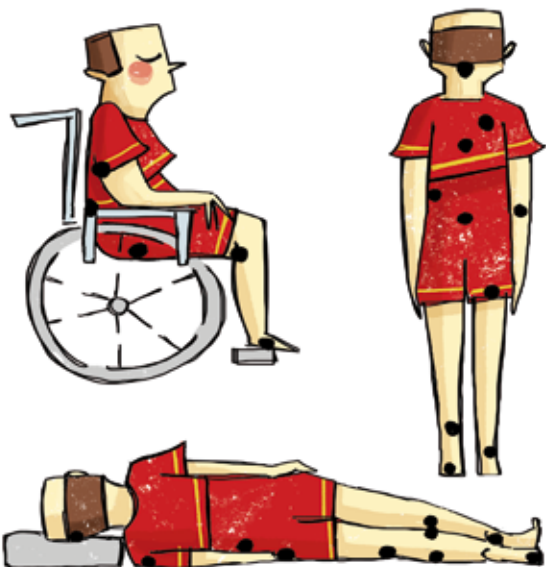


## L'APARICIÓ DE LES ÚLCERES ÉS UN PROBLEMA QUE PODEM EVITAR !

Quan una persona passa molt temps al llit o asseguda sense poder-se moure, pot desenvolupar ferides a la pell, conegudes com úlceres per pressió.

Entre tots: sanitaris, cuidadors i pacients podem prevenir la seva aparició almenys en un 95% dels casos.

### ZONES MÉS FREQUENTS ON APAREIXEN



RECORDI EN CAS DE DUBTE CONSULTI EL SEU/  
LA SEVA INFERMER/A



### Recomanacions infermera

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# #garrotxa sense úlceres

PERSONA I CUIDADOR  
FORMATS



EL CUIDADOR UNA PEÇA  
CLAU EN LA PREVENCIÓ

# NO està aconsellat



El massatge en zones de pressió o recolzament



L'ús de flotadors o coixins de forma circular



Deixar humitat en plecs de la pell



L'ús d'alcohol, colònia o pols de talc



L'elevació del capçal del llit més de 30° (excepte en els àpats)

# Està aconsellat



Pendre una dieta completa i equilibrada



Beure líquids



Hidratació de la pell



Pell neta, seca i vigilar les zones de recolzament



Llit net, sec i sense arrugues



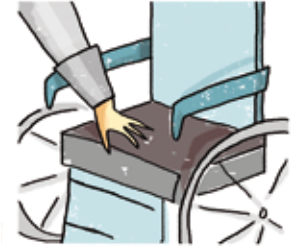
Saber cuidar-se per cuidar

# Situacions d'alerta

## EN CAS D'ENLLITAMENT I/O IMMOBILITAT



Aplicar àcids grassos hiperoxigenats en zones de pressió (olis especials)



Protegir zones de pressió



Realitzar canvis posturals evitant l'arrossegament utilitzant el llençol travesser

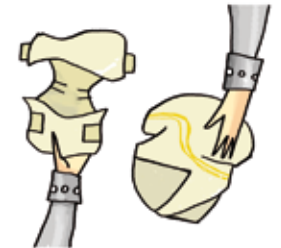


Utilitzar matalassos/coixins especials pel maneig de la pressió

## EN CAS D'INCONTINÈNCIA



Usar productes especials per protegir la pell de femta i orina



Canviar el bolquer quan estigui moll