

Как осматривать кожу человека

■ Те участки кожи, которые испытывают избыточное давление, краснеют или становятся более темными, чем остальная кожа.

■ Учите человека каждый день осматривать свою кожу, чтобы вовремя заметить покрасневшие или более темные участки.

Человек должен осматривать все тело. Для того чтобы осмотреть кожу на спине, пояснице и ягодицах, ему потребуется зеркало. Может быть, человек, которого вы обучаете, не может пользоваться зеркалом. В этом случае вы сами должны ежедневно осматривать его кожу, чтобы

заметить покраснение или более темные участки.

■ Если человек, которого вы обучаете, обнаружит более темные или покрасневшие участки кожи, он не должен больше лежать или сидеть в таких положениях, при которых происходит давление на эти участки.

.Например, если покраснение появилось на ягодицах, то человек должен лежать на животе или на боку. Он не должен лежать на спине или сидеть.

■ Иногда покраснение или потемнение участков кожи исчезает в течение нескольких часов. Но иногда такие участки не приобретают нормальный цвет и за несколько дней.

Человек, которого вы обучаете, не должен находиться в положениях, при которых на эти участки оказывается давление, до тех пор пока покраснение или потемнение совсем не исчезнет.

■ Если человек не осматривает кожу каждый день, то он может не заметить, что кожа изменила цвет. Такой человек может продолжать сидеть или лежать в положениях, при которых на покрасневшие или более темные участки кожи оказывается давление. Это может привести к тому, что ткани на этих участках повреждаются. Такое повреждение тканей называется пролежнями.

■ Человек, которого вы обучаете, не должен сидеть или лежать в положении, при котором оказывается давление на область пролежней.

■ Пролежни могут пройти за несколько недель. Но иногда пролежни исчезают только через несколько месяцев. Человек, которого вы обучаете, не должен находиться в положениях, при которых на эти участки оказывается давление, до тех пор пока пролежни не заживут.

■ Если у человека, которого вы обучаете, есть пролежни, попросите какого-нибудь медицинского работника прийти и осмотреть их. Спросите у медицинского работника, как вылечить пролежни.

