

# Pagalba šlapimo nelaikantiems pacientams

*Žydrūnė Musienė  
Kauno klinikinė ligoninė*

## III dalis. Tarpvietės odos priežiūra esant šlapimo nelaikymui

### Odos sandara

*Oda* – didžiausias kūno organas (jos paviršius yra 1,5–2 m<sup>2</sup>). Oda atsinaujina iš vidaus ir nuolat keičiasi. Ją sudaro trys sluoksniai: epidermis, derma ir hipoderma.

*Epidermis* – danga, apsauganti tikrąją odą nuo kenksmingo aplinkos poveikio.

*Derma* – tikroji oda. Ją sudaro tankiai persipynusios kolageninės ir elastinės skaidulos, kurios ir yra odos karkasas. Šiame sluoksnyje daug nervų galūnelių ir didelis kapiliarų tinklas. Viršutinis dermos sluoksnis suformuoja reljefą (pirštų antspaudai). Kolageninės skaidulos „atsakingos“ už tvirtumą, o elastinės suteikia stangrumo. Iš šio sluoksnio auga plaukai, čia prasideda prakaito ir riebalinės liaukos.

*Hipoderma* – poodinis ląstelynas, jungiamojo audinio sluoksnis. Įvairiose vietose nevienodo storio. Vokų, lūpų srityse, ant ausų jo nėra. Riebalinis sluoksnis atlieka šilumos reguliavimo funkcijas, yra lyg maisto medžiagų sandėlys.

### Odos funkcijos

*Apsauginė ir barjerinė* – šią funkciją atlieka visi sluoksniai ir ypač nepažeistas raginis sluoksnis. Apsauginę odos plėvelę sudaro lipidai, rūgščioji plėvelė, antikūnai. Jie apsaugo nuo mechaninių pažeidimų, cheminių, terminių sužalojimų, mikrobu, kenksmingų medžiagų, UVS.

*Imunologinė* – dalyvauja padidėjusio jautrumo ir imunetito reakcijose. Imunodepresiniai veiksniai suardo organizmo apsaugines reakcijas ir lemia bakterinių, virusinių, grybelinių ligų patologinius procesus odoje, gleivinėse ir kt.

*Termoreguliacinė* – palaiko pastovią kūno temperatūrą. Šiluma gali būti išskiriama laidumu, spinduliavimu ir išgarinimu. Labiausiai išskirti šilumą padeda termoreguliacinio centro dirginimas, refleksiškas kapiliarų išsiplėtimas ir prakaitavimas. Prakaitavimas gali būti neįjuntamas, vyksta nuolat. Išprakaituojama 600–800 ml vandens per parą. Odoje yra apie 4 mln. prakaito liaukų, daugiausia paduose ir delnuose.

*Ekskrecinė* – vyksta per prakaito ir riebalines liaukas (moterims ir per pieno liaukas). Ekrininės prakaito liaukos išskiria prakaitą. Su prakaitu pašalinami: cukraus perteklius, įvairūs medikamentai, sunkieji metalai. Per odą pašalinama apie 20 proc. viso organizmo vandens.

*Epidermio sekrecinė funkcija* – pleiskanojimas (ląst. – keratohialinas, eleidinas, keratinas).

*Kvėpavimo odos funkcija* nedidelė. Per parą ji sugeria apie

4 g O<sup>2</sup> ir išskiria apie 8 g CO<sup>2</sup>. Tai sudaro 2 proc. visos kūno dujų apykaitos.

*Rezorbcinė odos funkcija* priklauso nuo odos paviršiaus buferinių savybių ir liaukų, epidermio maceracijos, odos hiperemijos, medžiagų kontakto su oda trukmės, medžiagų cheminių ir fizinių savybių. Įvairios medžiagos į organizmą gali rezorbuotis per plaukų maišelius ir riebalinių liaukų angas. Raginis sluoksnis labai trukdo rezorbcijai ir apsaugo nuo intoksikacijos.

*Jutimo funkcija* atliekama per nervines galūnes ir kūnelius. Odoje labai daug receptorių. Oda jaučia: šilumą, šaltį, spaudimą, lietimą, skausmą, specifinius pojūčius – kutenimą, niežėjimą. Oda gali išreikšti ir tam tikras emocijas ir jausmus – pyktį, rausdama ir baldama, baimę, prakaituodama ir pašurpdama, ir kt.

*Estetinė*. Visos odos funkcijos yra svarbios, tačiau ne mažiau svarbi ir estetinė funkcija. Žmogaus išvaizda priklauso nuo odos spalvos, plaukų kiekio ir spalvos, kitų savybių.

*Kitos funkcijos* – oda gamina vitaminą D<sub>2</sub>, kaupia riebalus, vandenį, mikroelementus, fermentus, kraują. Odoje vyksta aminorūgščių apykaita – kolageno sintezė.

Laikui bėgant oda keičiasi. Senstant oda tampa plonesnė, sausesnė ir jautresnė įvairiems dirginantiems faktoriams. Normalų odos funkcionavimą gali sutrikdyti įvairūs faktoriai:

- vidiniai – senėjimas, odos disfunkcija, hidrolipidinės ar kraujotakos sistemos sutrikimai ir kt.
- išoriniai – nepalankios oro sąlygos, ilgas padėties nekeitimas, išoriniai epidermio pažeidimai ir kt.

### Tarpvietės odos pažeidimas

Odos paviršių gali pažeisti šlapimas, išmatos, dažnas ir odos netausojantis valymas, kiti rizikos faktoriai. Šlapimas ir išmatos yra ypač stiprūs išoriniai dirgikliai, sukeltantys odos sudirgimų ir įvairaus laipsnio odos pažeidimų. Pažeidus tarpvietės epidermio apsauginį sluoksnį išsivysto tarpvietės dermatitas, pažeidus gilesnius sluoksnius – pragulos.

Pagrindiniai faktoriai, kurie neigiamai veikia odos apsauginę funkciją:

1. Per didelė drėgmė (dėvint sauskelnes viduje gali kondensuotis drėgmė, susidaro sąlygos odos maceracijai);
2. Pakilusi odos temperatūra (karščiuojantiems, dėvint sauskelnes, viduje gali susidaryti padidėjusios šilumos efektas);
3. Dažnas ir netausojantis odos valymas (dėl dažno išorinio dirginimo ir nuolatinio valymo odos apsauginis sluoksnis

- tampa itin plonas, todėl oda gali būti greičiau pažeidžiama);
4. Muilas ir kiti didelio šarmingumo prausikliai (muilas nuvalo ne tik nešvarumus, bet ir odos apsauginį lipidinį sluoksnį, oda labai išsausėja ir tampa labiau pažeidžiama);
  5. Didesnė odos pažeidimo rizika vyresnio amžiaus žmonėms (dėl su amžiumi susijusių odos pasikeitimų, t. y. plonesnio odos epidermio ir sumažėjusios odos lipidų produkcijos);
  6. Organinės kilmės dirgikliai (išmatose esantys patogenai ir žarnų fermentai tampa veiklūs šarminėje aplinkoje, todėl odos pažeidimų gali atsirasti daug greičiau);
  7. Alergenai (netinkamos sauskelnės, kurių sudėtyje esantis lateksas gali sukelti alerginių reakcijų – paraudimą, niežėjimą, deginimą ir kt.).

#### Tarpvietės odos pažeidimų etiologija

Pakenkimo tipas	Etiologija
Dermatitas dėl dirginimo	Atsiranda dėl pirminio epiderminių ląstelių pažeidimo dėl ilgalaikio dirginimo šlapimu ir (arba) išmatomis. Tai sukelia odoje uždegiminę reakciją, kuri pasireiškia paraudimu ar švelniu paburkimu; procesui užsitęsęs, uždegimas stiprėja, prasideda epidermio erozija bei šlapiavimas.
Grybelinis dermatitas	Atsiranda dėl <i>Candida albicans</i> organizmų įsikverbimo į vidinį epidermio sluoksnį. Būdingiausi odos pakitimai: dėmėtasis išbėrimas, kuris susijungia centre su ryškiais pakitimais kraštuose. Pažeista vieta yra paraudusi ir skausminga.
Odos pakenkimas dėl trinties	Atsiranda, kai sušlapusi oda liečiasi į išorines „trinančias“ jėgas, pvz., plaunant paciento odos paviršių, pacientui judant ar slystant lovoje patalynei. Jautriausios vietos: sėdmenys, klubų gumburai ir kryžkaulio sritis.
Odos pakenkimas dėl spaudimo	Pragula (lot. <i>decubitus</i> ) – vietinis išeminis odos, poodinių ir gilesnių audinių pažeidimas dėl sutrikusios kraujotakos, audinių mitybos, dėl nepakankamo audinių aprūpinimo deguonimi spaudžiamose kūno paviršiaus vietose. Pažeidžiamiausios vietos: kryžkaulio, stuburkaulio sritys, didieji šlaunikaulio gumburai, kulnai, alkūnės.

### Tarpvietės odos priežiūros ypatumai

Nuo 2001 m. odos priežiūra buvo atliekama pagal pediatrinėje literatūroje pateiktus mokslinius tyrimus apie vadinamąjį vystyklų dermatitą. Šie tyrimai buvo pritaikyti ir vyresnio amžiaus populiacijai. Tačiau pastebėta, kad vyresnio amžiaus pacientų priežiūra turi specifinių ypatumų, todėl dabartinės odos priežiūros rekomendacijos yra pagrįstos sveikos odos žiniomis, tarpvietės dermatito patofiziologija ir klinikinėmis tarpvietės odos priežiūros produktų studijomis.

*Odos priežiūros tikslas* – užkirsti kelią tarpvietės dermatito atsiradimui ar atkurti tarpvietės odos vientisumą bei apsau-

goti nuo galimų naujų odos pažeidimų. Pagrindiniai efektyvios prevencinės priežiūros būdai yra švelnus valymas, odos drėgmės ir elastingumo atkūrimas bei odos apsauga naudojant apsaugines ir barjerines priemones, kad būtų sumažinta odos pažeidimo rizika.

Sunkios fizinės būklės, nejudantiems pacientams ir ypač naudojantiems sauskelnės žmonėms sudirginimų gali atsirasti sėdmenų srityje, kur dažniausiai ir atsiranda pragulų.

**Svarbu atsiminti, kad tinkama odos priežiūra yra geriausia pragulų atsiradimo profilaktika!**

#### Odos priežiūros žingsniai:

**1 žingsnis** – švelnus odos valymas. Siekiant išvengti odos sudirginimų, kasdieninės higienos procedūras reikia atlikti su priemonėmis, kurių sudėtyje nėra muilo, nes tai vienas pagrindinių odos dirginimo faktorių. Būtina atsakingai parinkti priemones, kad jų sudėtyje esantis pH būtų tinkamas net jautriausiai odai. Odos valymui yra priemonių su vandeniu (valomieji losjonai, prausikliai) ir priemonių, su kuriomis nereikia naudoti vandens (valomieji kremai, valomosios putos, drėgnos servetėlės).

**2 žingsnis** – odos regeneracija ir aktyvizacija. Jautriai ir sudirgintai odai reikia ne tik kasdieninės higienos, bet ir procedūrų, pagreitinančių epidermio regeneraciją, gerinančių kraujo mikrocirkuliaciją. Priemonės odos regeneracijai ir drėkinimui: kūno balzamai, kremai sausai odai. Kraujo mikrocirkuliacijai gerinti bei pragulų profilaktikai užtikrinti rizikingose kūno vietose naudojamas specialus aktyvizuojantis gelis.

**3 žingsnis** – efektyvi apsauga. Siekiant apsaugoti odą nuo nuolatinių dirgiklių, būtina naudoti specialias odą apsaugančias priemones, kurios neleidžia atsirasti uždegimams, iššutimams ir praguloms. Tam naudojami apsauginiai ir barjeriniai tepalai su uždegimą mažinančiais komponentais (cinko oksidu, argininu ir kt.).

Vienas nemaloniausių šlapimo ir (arba) išmatų nelaikančių pacientų „palydovų“ yra nemalonus, dažnai šleikštus šlapimo ir (arba) išmatų kvapas. Kova su nemaloniais kvapais neatsiejama šių pacientų priežiūros dalis. Būtina paminėti, kad šiuolaikinėje kokybiškoje priežiūroje svarbu komfortas ir pacientui, ir jį slaugantiesiems. Nemalonus kvapas dabar jau galima įveikti kosmetinėmis priežiūros priemonėmis, kurių sudėtyje yra kvapus neutralizuojantis komponentas *Sinodor*\*. Specializuotoje kosmetikoje (valomajame kreme, apsauginiuose kremuose) esantis kvapus neutralizuojantis komponentas *Sinodor* panaikina nemalonus odos kvapus (įsigėrusius į odos paviršinius sluoksnius šlapimo, išmatų, šūtimo, prakaito ir kt.). Naudojant priežiūros priemones, turinčias kvapus neutralizuojantį komponentą, užtikrinamas komfortas pacientui bei daug malonesnė priežiūra slaugytojams.

*Sinodor*\* – nemalonus kvapus neutralizuojantis komponentas, esantis specializuotos kosmetikos sudėtyje.

*Odos valymo, drėkinimo ir apsaugos nuorodos*

Priemonės	Tikslas	Priemonių sudėtis	Priemonių panaudojimas
Valomosios priemonės (valomieji losjonai, valomieji kremai, valomosios putas)	Švelniai nuvalyti odą, pašalinti dirgiklius ir patogenus, pašalinti nemalonus kvapus.	Priemonės turi: - subalansuotą pH; - švelniai nuvalo nešvarumus nuo odos paviršiaus; - kai kurie valikliai gali turėti antimikrobinių savybių; - turi odą minkštinančių medžiagų; - turi kvapus neutralizuojantį sudėtinį komponentą ( <i>Sinodor</i> *).	Odos valymui nenaudoti muilo ir šiurkštaus audinio, nes tai padidina riziką pažeisti odą. Priemonės padeda švelniai nuvalyti odą, pašalinti dirgiklius ir patogenus. Valymo priemonėse esantis kvapus neutralizuojantis komponentas <i>Sinodor</i> * panaikina nemalonus odos kvapus, įsigėrusius į odos paviršinius sluoksnius (šlapimo, išmatų, šutimo, prakaito ir kt.).
Priemonės odos regeneracijai ir drėkinimui (drėkinamieji kremai, losjonai)	Drėkinti odą.	Minkštinamieji kremai ir losjonai sudėtyje turi: - minkštinančių ir (arba) drėkinančių medžiagų: mineralinio aliejaus, lanolino, alavijų, migdolų aliejaus, taukmedžio sviesto, alyvuogių aliejaus, kakavos sviesto, propileno, glicerino, d-pantenolio.	Naudojant minkštinamąsias ir (arba) drėkinamąsias priemones labai padidinamas odos natūralus atsparumas dirgikliams ir patogenams.
Priemonės odos suaktyvinimui (aktyvizuojantis gelis)	Gerinti kraujo mikrocirkuliaciją odoje.	Kraujotaką odoje gerinantis gelis sudėtyje turi: - kamparo spirito; - glicerino ir linų sėmenų aliejaus; - guaranos ekstrakto.	Pagerina kraujo mikrocirkuliaciją odoje rizikingose kūno vietose (kryžkaulio srityje, alkūnėse, kulnuose ir kt.). Švelniai vėsina paraudusias vietas, minkština odą.
Priemonės odos apsaugai (apsauginiai ir barjeriniai tepalai)	Apsaugoti odą nuo dirgiklių, drėkinti. Sudaryti apsauginį sluoksnį nuo dirgiklių.	Dvi pagrindinės odos apsaugos priemonių kategorijos: 1) skaidrūs, odos elastingumą atkuriantys tepalai; 2) riebiūs kremai ar tepalai su cinko oksidu, dimetikonu, argininu ar šių produktų mišinys.	Iš dimetikono sukurti produktai sudaro barjerinę plėvelę, kuri nėra riebi, ją lengva užtepti ir nuvalyti. Šis tepalas ne toks efektyvus, jeigu pacientas nelaiko skystų išmatų. Cinko oksido savo sudėtyje turintys produktai yra klampesni, tirštesni. Juos sunkiau užtepti ar nuvalyti, tačiau jie geriau apsaugo nuo skystų išmatų dirginimo. Arginino savo sudėtyje turintys produktai yra švelnūs, lengvos konsistensijos. Juos labai lengva užtepti ar nuvalyti. Jie puikiai apsaugo nuo šlapimo ir (arba) išmatų dirginimo, ypač greitai sumažina odos sudirginimus (paraudimus). Nesusaisina odos. Tinka sausai odai.

### Klausimai\*\*

- Išvardykite faktorius, kurie neigiamai veikia odos apsauginę funkciją*

  - per didelė drėgmė, pakilusi odos temperatūra, dažnas ir netausojantis odos valymas, muilas ir kiti didelio šarmingumo prausikliai, didesnė odos pažeidimo rizika vyresnio amžiaus žmonėms; organinės kilmės dirgikliai (išmatos), alergenai
  - organinės kilmės dirgikliai (išmatos), alergenai
  - per didelė drėgmė, dažnas ir netausojantis odos valymas
- Kas padeda kovoti su nemaloniais kūno kvapais, prižiūrint šlapimo ir (arba) išmatų nelaikančius pacientus?*

  - kvapai, aromatai
  - nėra būdų išvengti nemalonių kvapų, slaugant išmatų nelaikančią pacientą
  - kvapus neutralizuojantis komponentas *Sinodor* panaikina nemalonus odos kvapus
- Kokia priemonė pagerina kraujotaką odoje, siekiant išvengti pragulų susidarymo?*

  - apsauginis kremas su cinko oksidu
  - aktyvizuojantis gelis
  - kremas su šlapalu
  - maitinamasis kremas su alaviju

\*\* Teisingo atsakymo (atsakymų) raidę apibraukte mėlynu tušinuku.

Atsakymus siųskite iki gegužės 30 d. Jums patogiu būdu: 1) iškirpę lapą su atsakymais siųskite paštu adresu: Žurnalui „Slauga. Mokslas ir praktika“, Sveikatos priežiūros ir farmacijos specialistų kompetencijų centras, Ruginų g. 1, LT-08418 Vilnius; 2) atneškite į Sveikatos priežiūros ir farmacijos specialistų kompetencijų centrą, Ruginų g. 1, Vilniuje, ir įdėkite į pašto dėžutę „Klausimų atsakymai. Žurnalas „Slauga. Mokslas ir praktika“ I aukšte prie skelbimų lentos; 3) nufotografuokite ar nuskenaukite atsakymus ir atsiųskite elektroniniu paštu [redakcija@sks.lt](mailto:redakcija@sks.lt); 4) atsakykite į klausimus Sveikatos priežiūros ir farmacijos specialistų kompetencijų centro „Facebook“ paskyroje.

Primerkite, kad norėdami gauti dovaną, turėsite atsakyti į visuose 4 numeriuose (kovo, balandžio, gegužės ir birželio mėnesių) pateiktus klausimus.

Dalyvio vardas, pavardė.....

Kontaktinis telefonas..... el.p. adresas.....