

# 老年人压疮预防措施

1. 压疮的常见部位,坐骨(24%) 骶尾骨(23%) 足跟(11%) 外踝(7%) 髌前上棘(4%)
2. 增加营养的摄入: 改善机体营养, 优质蛋白, 高热量, 高维生素
3. 避免局部组织长期受压: 定期变换体位—解除压迫 2-3h 翻身一次. 最长不超 4h, 建床头翻身卡
4. 避免局部刺激: 床铺清洁, 干燥, 无碎屑, 使用无破损便器, 避免强塞硬拉
5. 促进局部血液循环 : 每日进行全范围关节活动, 按摩受压部位
6. 积极治疗原发病
7. 健康教育, 提高压疮的风险意识

# 老年人压疮预应急处理

## (1) 针对压疮 I 期

当皮肤发红时(压疮 I 期), 要提高警惕以防进一步发展, 应给老年人勤翻身, 勤换内衣、床单, 防止局部皮肤再继续受压、受刺激。此时不可做局部按摩, 可以采用湿热敷。

## (2) 针对压疮 II 期

皮肤已出现紫红色并有水疱出现时(压疮 I 期), 要减少和避免摩擦, 避免水疱破裂发生感染, 可用碘酊等为压疮水疱的基底部消毒, 用无菌注射器抽出水疱内渗出的液体。若水疱破裂面积较小, 创面上可涂碘酊等消毒液, 晾干后敷上消毒纱布保护创面, 避免局部再受压。

## (3) 针对压疮 III 期或 IV 期

局部皮肤已出现溃疡化脓时(压疮 I 期或 IV 期) 需请有经验的医护人员诊治处理, 如清除坏死组织、局部和全身合理使用抗生素等。