



**ÚRAZOVÁ CHIRURGIA  
FNsP ŽILINA**



**INFORMAČNÁ  
PRÍRUČKA**

# **STAROSTLIVOSŤ O PERGAMENOVÚ KOŽU**

**Mgr. Silvia Haščíková**

Vedúca sestra oddelenia úrazovej chirurgie

Starnutie je prirodzený fyziologický proces. Na koži sú prejavy starnutia organizmu viditeľné najviac. S pribúdajúcim vekom sa koža prirodzene stenčuje, stráca svoju elasticitu, pružnosť, ubúda objem podkožného tuku. Vo vyššom veku je navyše spomalená a znížená hojivosť a regenerácia kože.

### PERGAMENOVÁ KOŽA

Ide o označenie pre kožu, ktorá je mimoriadne krehká a náchylná na poranenie. Takáto koža je veľmi tenká s nízkym objemom podkožného tuku, býva extrémne suchá, má slabú elasticitu, chýba na nej ochlpenie. Často sú prítomné hematómy (modriny) a excoriácie (odreniny) v rozličnom štádiu hojenia. Práve svojou krehkosťou a farbou pripomína pergamen. Častejšia je u ľudí vo veku nad 80 rokov a u ľudí s nižším objemom podkožného tuku. Najviditeľnejšia je na horných a dolných končatinách.

#### PERGAMENOVÁ KOŽA



#### ZDRAVÁ KOŽA

## PORANENIAM PERGAMENOVEJ KOŽE MÔŽETE ZABRÁNIŤ VHODNOU STAROSTLIVOSŤOU.

- Dôležitý je dostatočný príjem tekutín a primeraná výživa, nakoľko vo vyššom veku sa stráca pocit smädu a klesá chuť do jedla.
- Vyhýbame sa dlhým kúpeľom v horúcej vode, aby sme predišli nadmernému vysušaniu pokožky.
- Pravidelne ošetrujeme a premasťujeme kožu prípravkami určenými pre zrelú pokožku. Opakujeme viac-krát za deň (napr. modrá Indulona, masťné krémy na ruky, špeciálna kozmetika pre seniorov...).

### ŠPECIÁLNA KOZMETIKA PRE OŠETROVANIE KOŽE SENIOROV



## OŠETROVANIE PERGAMENOVEJ KOŽE

### DEZINFEKCIA PORANENÉHO MIESTA:

Môžete použiť bežne dostupné voľnopredajné prostriedky na dezinfekciu kože

*napr. peroxid vodíka, septoderm, jódové preparáty...).*



### VHODNÝ KRYCÍ MATERIÁL

ktorý sa na kožu nelepí a ideálne obsahuje antiseptickú látku. Túto zakúpite v lekárni alebo sanitase

*napr. Inadine, Ialugen plus, Grassolind...).*

*Ak by ste použili iba samotnú gázu, hrozí jej prilepenie na ranu.*



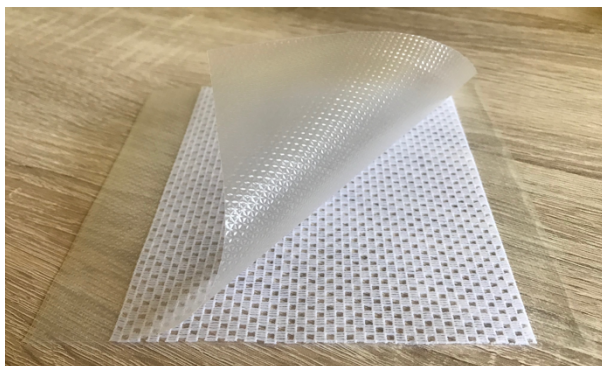
## KROK 1

Nelepivé krytie vyberieme z obalu a vystrihneme ho do potrebného rozmeru tak, aby pokrýval celú ranu.



## KROK 2

Následne odstránime ochranné fólie (ktoré sú na oboch stranách)



## KROK 3

a priložíme na ranu



## KROK 4

Následne prekryjeme sterilnou gázou. Môžeme použiť napr. sterilné štvorce. Tieto kúpime v lekárni alebo v sanitase.



## KROK 5

Na zafixovanie sterilného štvorca použijeme hydrofilný obväz. Na pergamenovú kožu nikdy nepoužívame

leukoplast, lebo by sme s ním strhli aj kožu. Aj keby sa jednalo o malú ranku a lákalo by vás použiť samolepiace rýchloobväzy!



## KROK 6

Pre ešte lepšiu fixáciu môžeme na obväz nasadiť aj pruban. (elastický sieťový hadicový obväz).



## KROK 6a

Tento rozťahneme pomocou oboch rúk.



## KROK 6b

A opatrne nasadíme na ruku tak, aby držal sterilnú gázu na potrebnom mieste.

*Veríme, že ste bol(a) so starostlivosťou na našom oddelení spokojný(á). Pýtajte sa, na všetko čo Vás zaujíma, radi zodpovieme všetky Vaše dotazy.*

*Prajeme Vám skoré uzdravenie!*

VYPRACOVALA: Mgr. Silvia Haščiková  
SCHVÁLIL: MUDr. Juraj Kacian



# ÚRAZOVÁ CHIRURGIA FNŠP ŽILINA

Ul. Vojetecha Spanyola 45  
012 07 Žilina

[www.fnszpa.sk](http://www.fnszpa.sk)

[www.facebook.com/nemocnicazilina](https://www.facebook.com/nemocnicazilina)

**PRIMÁR ODDELENIA:**

**MUDr. Juraj Kacian**



+421/41 51 10 550



[juraj.kacian@fnszpa.sk](mailto:juraj.kacian@fnszpa.sk)

**ZÁSTUPCA PRIMÁRA:**

**MUDr. Lumír Štefánek**



+421/41 51 10 329



[lumir.stefanek@fnszpa.sk](mailto:lumir.stefanek@fnszpa.sk)

**VEDÚCA SESTRA:**

**Mgr. Silvia Haščiková**



+421/41 51 10 427



[silvia.hascikova@fnszpa.sk](mailto:silvia.hascikova@fnszpa.sk)