

압통점 부위 피부 손상 방지책

(PREVENTION PLAN FOR SKIN BREAKDOWN OVER PRESSURE POINTS)

최종, 2002년 9월 9일

주: 수혜자가 압통점(pressure point) 부위의 피부 손상 발생 가능성이 높은 치료 “유발인자” 중 하나에 해당될 경우, 평가/서비스 플랜에서 다음 예방책이 자동 출력됩니다.

검색명 침상 활동
데이터 요소: 제한
데이터 값: 침상 생활

침상 활동 섹션에서 평가 세부 정보 출력가능

주로 침상에서 생활하는 수혜자의 경우:

권장 사항:

1. 매일 1 회 이상 수혜자 피부의 색, 온도, 발진, 욕창, 냄새 또는 통증 상태를 관찰합니다. 압통점 도표를 참조하여 해당 부위에 특별한 주의를 기울입니다.
2. 적어도 2 시간마다 수혜자가 자세를 바꿀 수 있도록 돕습니다.
3. 베개나 쿠션을 사용해 다음과 같은 상태를 유지합니다.
 - a. 뼈 압통점이 침대에 바로 닿지 않게 합니다.
 - b. 뒤꿈치를 침대에서 띄워 놓습니다.
 - c. 양 무릎과 발목이 서로 닿지 않게 합니다.
4. 수혜자가 옆으로 누워 있을 경우 골반뼈가 눌리지 않게 합니다. 무릎, 발목 등 뼈 지점이 서로 닿지 않게 합니다.
5. 침대의 머리 부분을 높이는 것은
 - a. 편안한 상태를 위해 필요하며 다른 의학적 조건 및 제한에 어긋나지 않아야 합니다.
 - b. 식사, 목치장, 배변 등에 필요한 경우에 한합니다.
 - c. 침대의 발 부분도 함께 올리면 수혜자가 침대 아래쪽으로 미끄러지는 사고를 방지할 수 있습니다.
6. 이동하거나 자세 바꿀 능력이 없는 수혜자를 보조할 때에는 들어 올리는 방법을 사용해야 합니다(끌어 당기지 말 것).
7. 가능하다면 압력 감소 전문 장비를 사용합니다.

금지 사항:

8. 절대 약국에서 판매하는 도넛 형태 장비를 사용하지 마십시오. 이 장비는 압력을 덜어주지 않으며 오히려 증가시킵니다.
9. 절대 피부를 건조하게 할 수 있는 적외선 램프, 헤어드라이어 또는 “마시는 약”을 사용하지 마십시오.

다음과 같은 상황이 발생할 경우 담당자에게 알려십시오.

10. 수혜자의 압통점 피부에 반점, 부기, 발열, 통증 등의 변화가 생기거나 피부 손상이 발생한 경우
11. 뒤꿈치가 딱딱해지거나 검정 또는 붉은 색으로 변하거나 흐늘흐늘해지는 경우
12. 적절한 치료법에 대한 확신이 없거나 전문 장비가 필요한 경우

검색명 침상 활동
데이터 요소: 제한
데이터 값: 의자 생활

침상 활동 섹션에서 평가 세부 정보 출력 가능

주로 의자에서 생활하는 수혜자의 경우:

권장 사항:

1. 매일 1 회 이상 수혜자 피부의 색, 온도, 발진, 욕창, 냄새 또는 통증 상태를 관찰합니다. 압박점 도표를 참조하여 해당 부위에 특별한 주의를 기울입니다.
2. 수혜자가 스스로 체중을 지지할 수 없는 경우 적어도 1 시간마다 자세를 바꿀 수 있도록 돕습니다.
3. 수혜자가 15 분마다 15 초간 의자 위에서 몸의 중심을 이동할 수 있도록 지시하거나 보조합니다.
4. 쿠션, 베개 또는 기타 압력 감소 장치를 사용하여 압통점이 딱딱한 표면에 닿지 않게 합니다.
5. 수혜자가 의자 위에서 좋은 자세를 유지하며 뼈에 눌리는 위치마다 고른 압력이 가해지게 합니다.

금지 사항:

1. 절대 의자에 도넛 형태 쿠션을 사용하지 마십시오. 압력을 덜어주지 않으며 오히려 증가시킵니다.

다음과 같은 상황이 발생할 경우 담당자에게 알려십시오.

1. 압통점 피부에 반점, 부기, 발열, 통증 등의 변화가 생기거나 피부 손상이 발생한 경우
2. 적절한 치료법에 대한 확신이 없는 경우

영양 섹션에서 평가 세부 정보 출력 가능

음식물 섭취에 관한 조언:

권장 사항:

1. 특별한 식이 요법(식사 및 음료) 또는 기본 사항에 대해서는 서비스 플랜을 따릅니다.
2. 수혜자의 체중이 감소했거나, 식습관에 변화가 생긴 경우 본인에게 그 이유를 묻습니다.
3. 수혜자에게 식욕이 없으면 소량의 음식을 자주 제공합니다. 식이 요법의 범위 내에서 고단백 식품(우유, 달걀, 육류, 치즈 등)을 섭취하게 합니다.
4. 커피, 소다수 및 초콜릿과 같이 카페인이 들어간 음식은 피합니다. 카페인은 방광을 자극할 수 있습니다.
5. 충분한 양의 물을 수혜자에게 제공합니다. 소변을 묽게 만들고, 피부와 방광에 대한 자극을 줄여줄 것입니다.

다음과 같은 상황이 발생할 경우 담당자에게 알려십시오.

1. 수혜자의 체중 또는 식욕에 주목할 만한 변화가 생긴 경우
2. 압통점 피부에 반점, 부기, 피부 손상, 발열, 통증과 같이 새로운 증상이 나타나거나 기존 증상이 악화된 경우
3. 적절한 치료법에 대한 확신이 없는 경우

검색명: 목욕

데이터 요소: 자립 활동

데이터 값: 제한/포괄적/종합

목욕 섹션에서 평가 세부 정보 출력 가능

피부에 생기는 문제 예방

권장 사항:

1. 매일 1 회 이상 수혜자 피부의 색, 온도, 발진, 욕창, 냄새 또는 통증을 관찰합니다. 압통점에 특별한 관심을 기울입니다.
2. 부드러운 비누를 사용합니다("항균" 라벨이 붙은 제품을 피합니다). 뜨겁지 않은 온수를 사용합니다. (문지르지 않고 두드리는 방법으로) 꼼꼼히 행구고 말립니다.
3. (Eucerin 이나 Aquaphor 같은) 보습 크림 또는 연고를 이용해 건조한 피부에 윤기를 공급합니다.
4. 목욕의자에 쿠션이나 수건을 깔아 노출된 피부가 다치지 않게 합니다.
5. 이동 중에 노출된 피부가 다치지 않도록 보호합니다.

금지 사항:

1. 절대 뼈에 눌리는 부위의 피부를 문지르지 마십시오.

다음과 같은 상황이 발생할 경우 담당자에게 알리십시오.:

1. 수혜자의 체중 지지, 방향 전환, 이동 능력이 떨어진 경우
2. 전문 장비를 사용하면 수혜자를 더 안전하고 쉽게 이동시킬 수 있다고 판단될 경우
3. 압통점 피부에 반점, 부기, 피부 손상, 발열 또는 통증과 같은 문제나 변화가 있는 경우
4. 적절한 치료법에 대한 확신이 없는 경우

검색명: 방광/장

데이터 요소: 개인 관리

데이터 값: 사용, 건조 및 청결, 도움이 필요/사용, 누출, 정화 또는 도움/사용하지 않음, 변누출
배변 섹션에서 평가 세부 정보 출력 가능

배변 기구 관리

권장 사항:

1. 서비스 플랜의 배변 시간표에 따릅니다.
2. 수혜자가 대소변을 제어할 능력이 없는 경우 본인의 선택에 따라 성인용 기저귀를 사용하도록 하며, 제품이 젖거나 더러워질 경우 교체를 돕습니다..
3. 대소변으로 인해 더러워진 경우 부드럽게 씻거나 목욕을 시킴으로써 피부를 청결하게 유지합니다.
4. 산화아연연고, A&D 연고, Desitin, Bag Balm 또는 Balmex 와 같은 보습 크림 또는 피부 보호 제품 중 하나를 얇게 발라 피부가 축축해지지 않게 합니다.
5. 적절한 치료법에 대한 확신이 없는 경우 담당자에게 알립니다.

금지 사항:

1. 가급적 "블루 패드(blue pad)" 같은 일회용 방수 패드를 사용하지 마십시오. 피부에 습기가 계속 남게 됩니다. 더 바람직하고 피부 "친화적"인 대안으로는 세탁해서 다시 쓸 수 있는 방수천 패드가 있습니다.

다음과 같은 경우 사례 관리 담당에게 알려주세요.

1. 적절한 성인용 기저귀 또는 피부 보호 제품을 결정할 수 없습니다. 이 경우 관리자는 수혜자 및 간병인과의 간병 상담을 의뢰할 수 있습니다.

압통점 도표

뼈 압통점은 완충 효과가 떨어지므로 욕창이 생기거나 피부가 쓸려 벗겨지기 쉽습니다. 수혜자가 주로 시간을 보내는 자세에 따라 특히 취약한 압통점이 생깁니다.

