

Skóra pacjenta z NTM wymaga szczególnej troski

Violetta Madeja



Fot. Halfpoint - stock.adobe.com

Właściwy dobór produktów chłonnych oraz prawidłowo przeprowadzone zabiegi higieniczne to klucz do zdrowej skóry pacjentów z nietrzymaniem moczu. Nadrzędnym celem będzie więc nie tylko zapewnienie komfortu związanego z nieprzeciekaniem moczu, ale również pielęgnacja ograniczająca ryzyko wystąpienia związanych z NTM problemów skórnych - zapalenia skóry (IAD), ran czy w skrajnych przypadkach odleżyn.

Częstym problemem osób dotkniętych różnymi formami NTM okazuje się utrzymanie właściwej higieny i pielęgnacja skóry narażonej na drażniące działanie moczu. Zdrowiu skóry nie sprzyjają również, obserwowane wraz z wiekiem pacjentów, spowolnione procesy regeneracji naskórka i potęgująca się wrażliwość powłok skórnych. W efekcie skóra wystawiona na działanie moczu ulega maceracji, zawilgoceniu, wzrasta jej pH i jednocześnie traci ona swoje funkcje barierowe. Zjawiska te przyczyniają się do rozwoju stanów zapalnych skóry związanych bezpośrednio z NTM (ang. in-

continence associated dermatitis - IAD), a także mniejszych ran oraz poważniejszych odleżyn.

- W swojej praktyce bardzo często spotykam się z trudnymi, źle gojącymi się ranami, przez które bardzo często widać nawet kości i stawy osób starszych. Niestety, tego typu uszkodzenia powstają najczęściej pod wpływem zalegania moczu i są wynikiem źle dobranych lub niskiej jakości środków absorpcyjnych, a także niewłaściwie prowadzonej pielęgnacji - ocenia elbląska pielęgniarka Elżbieta Szkiller, specjalista pielęgniarstwa opieki długoterminowej, zajmująca się jednocześnie leczeniem ran.

Jak dobrać środek chłonny

Jak podkreśla Elżbieta Szałkiewicz, prezes Koalicji „Na pomoc niesamodzielnym”, stan skóry jest skorelowany z poziomem wiedzy na temat pielęgnacji i świadomości w zakresie potrzeb pacjentów i ich opiekunów. Dbając o skórę pacjentów - szczególnie tych niesamodzielnymi - warto zatem pamiętać o dwóch aspektach. Pierwszym z nich jest kwestia zabezpieczenia skóry produktami chłonnymi, co w praktyce spro-

wadza się do właściwego doboru produktów chłonnych.

- *Dobrane do pacjentów produkty chłonne powinny mieć właściwe parametry i zawierać odpowiednią ilość absorbentu, adekwatną do rodzaju nietrzymania moczu. W ciągu dnia zalecam wymianę produktu chłonnego po każdej mikcji, co oznacza, że możemy sięgać po środki absorpcyjne, których chłonność wynosi od 400 do 500 ml, przy założeniu, że jedna mikcja to od 200 do 300 ml moczu. Natomiast na noc należy zastosować produkty, które będą w stanie przyjąć od dwóch do nawet trzech mikcji – bez konieczności wymieniania środka chłonnego po każdej mikcji. Taki dobór da poczucie bezpieczeństwa i pewności zarówno osobie z nietrzymaniem moczu, jak również jej opiekunowi. Ważne jest, by wykorzystywane w nocy produkty charakteryzowały się dużą ilością absorbentu, który będzie wiązać mocz i chronić skórę przed jego drażniącym działaniem* – podkreśla Elżbieta Szwalkiewicz.

Warto również, by przed podjęciem ostatecznej decyzji związanej z wyborem produktów chłonnych, rodzina opiekunowie czy też sami pacjenci mogli samodzielnie ocenić, który z produktów jest najwygodniejszy w codziennym użyciu i który zabezpiecza ich potrzeby związane z wychwytem moczu w najlepszym stopniu. - *Pewną podpowiedzią są m.in. oznaczenia w postaci kropełek, jakie znajdują się na opakowaniach produktów chłonnych. Pacjenci bądź ich opiekunowie mogą również samodzielnie, w prosty sposób, przeprowadzić samodzielnie test chłonności produktów (patrz ramki)* - dodaje Elżbieta Szkiler.

Nie dla wody i mydła

Drugą kluczową kwestią, w przypadku pacjentów z NTM, jest utrzymanie skóry w suchości, z właściwą izolacją od działania moczu.

- *Tutaj istotne znaczenie odgrywa zabezpieczenie skóry odpowiednimi preparatami pielęgnacyjnymi, a także właściwe prowadzenie toalety pacjentów* - dodaje Elżbieta Szwalkiewicz.

Pacjenci z NTM czy ich opiekunowie, dbając o higienę, muszą definitywnie pożegnać się z wodą, mydłem i tradycyjnymi ręcznikami wielokrotnego użytku. Zdaniem ekspertów nawet świetnie oczyszczona i osuszona miska na wodę może stanowić źródło bakterii, które mogą być źródłem zakażeń skóry.

- *W przypadku pacjentów z NTM do oczyszczania skóry zaleca się stosowanie preparatów myjących niezawierających mydła z neutralnym dla skóry pH, które nie wymagają splukiwania wodą. Obecnie dostępne są również specjalne pianki myjące niewymagające splukiwania, jednorazowe gąbki lub myjki nasączone środkiem myjącym, kremy do mycia, nawilżane chusteczki oczyszczające czy w końcu preparaty multifunkcyjne, które nie tylko myją, ale również natłuszczają i przywracają barierę lipidową skóry pacjenta. Ten sposób pielęgnacji skóry pacjenta jest niezwykle istotny z uwagi na profilaktykę zakażeń krzyżowych* - tłumaczy Elżbieta Szwalkiewicz.

Pacjenci na bakier z właściwą pielęgnacją

Obok właściwie przeprowadzonej higieny osobistej równie istotnym elementem pielęgnacji skóry jest jej natłuszczenie oraz nawilżenie.

- *Praktyka wskazuje, że pacjenci z różnymi formami NTM i stosujący środki absorpcyjne, praktycznie nie używają żadnych form zabezpieczenia skóry przed negatywnymi skutkami oddziaływania moczu* - ubolewa Elżbieta Szkiler.

Dlatego też eksperci zachęcają do zapoznania się z szeroką gamą specjalistycznych produktów dedykowanych pacjentom z NTM, jak również popularnymi kosmetykami dostępnymi w aptekach.

- *W przypadku osób, u których nie doszło do podrażnienia skóry i które nie mają problemów ze stanami zapalnymi skóry, świetnymi preparatami sprawdzającymi się w codziennej pielęgnacji są emolienty (mieszanki olejów). Nie tylko natłuszczają one skórę, ale również dostarczają jej cennych witamin, które wpływają na lepsze nawilżenie i odżywienie powłok ciała. Natomiast przy pełnym nietrzymaniu moczu powinniśmy sięgnąć po kremy barierowe, których zadaniem jest całkowita izolacja moczu czy kału od skóry. Ich konsystencja chroni skórę pacjentów przed maceracją i uszkodzeniem* - podkreśla Elżbieta Szkiler.

Zdaniem ekspertki o właściwą pielęgnację należy szczególnie zadbać w przypadku pojawienia się zmian skórnych, czy też pierwszych, początkowo powierzchownych (uszkodzenia naskórka) lub podskórnych ran (krwiaki). W takich sytuacjach produktami pierwszego wyboru powinny być maści ograniczające przepuszczalność ścian naczyń włosowatych, czy też te mające właściwości osuszające.

- *W przypadku pojawienia się sączących ran dopuszczam wykorzystanie przez 1-2 dni produktów z cynkiem, ale jednocześnie powinny jednak mieć właściwości natłuszczające. Cynk bez względu na postać, w jakiej go stosujemy, zawsze wysusza skórę, ułatwiając jej uszkodzenia. Po wysuszeniu sączących zmian, chcąc prawidłowo pielęgnować skórę pacjenta, powinniśmy powrócić do produktów natłuszczających czy wręcz barierowych. Jest to konieczne, aby skóra była bardziej odporna na działanie moczu czy kału* - ocenia Elżbieta Szkiler.

Jej zdaniem warto pamiętać, że nie da się pomóc pacjentowi, który sam nie sygnalizuje istniejącego problemu z pielęgnacją skóry. Dlatego też zachęca, by pacjenci zaufali swoim pielęgniarkom środowiskowym i nie obawiali się dzielić z nimi swoimi wątpliwościami związanymi z pielęgnacją skóry.

- *Z drugiej strony pielęgniarki powinny stale uzupełniać swoją wiedzę i podążać za najnowszymi wytycznymi i rekomendacjami towarzystw naukowych. Jako personel fachowy powinniśmy znać właściwości dostępnych na rynku produktów chłonnych, a także skład i działanie preparatów pielęgnacyjnych* - przekonuje Elżbieta Szkiler.

JAK SPRAWDZIĆ JAKOŚĆ PRODUKTU CHŁONNEGO

Sama chłonność to nie wszystko, ważna jest bowiem retencja, czyli ilość cieczy wchłonięta przez produkt i zatrzymana wewnątrz. Można to sprawdzić prostym testem na suchość powierzchni (test retencji).

Co jest nam do tego potrzebne?

- szklanka do pojemności 200 ml (jest to średnia ilość opróżnienia całego pęcherza, maksymalna objętość mikcji);
- ciepła woda zabarwiona tuszem (ciepła, by zbliżyć warunki testu do naturalnych. Mocz ma temperaturę ciała; superabsorbent działa zdecydowanie szybciej w ciepłej wodzie; zabarwiony, aby lepiej było widać, czy chusteczki będą mokre);
- chusteczki higieniczne (do sprawdzenia suchości powierzchni produktu);
- obciążenie o wadze ok. 1 kg.

Jak przeprowadzić test?

Przygotowujemy produkt do testu - rozkładamy go dokładnie tak, jakby miał zostać użyty, i kładziemy na płaskiej powierzchni.

Przygotowujemy szklankę z zabarwioną i ciepłą wodą i lejemy w centralnej części wkładu chłonnego (mniej więcej tam, gdzie znajduje się ujście cewki moczowej).

Ważne, aby wlewać wodę w jednym miejscu, tak jak to odbywa się przy wydalaniu moczu z cewki moczowej. Już podczas wlewania wody możemy zaobserwować, czy woda od razu wchłaniana jest do wnętrza wkładu, czy też rozlewa się po całej powierzchni produktu. Produkty wysokiej jakości mają specjalną warstwę transferującą szybciej mocz do środka. Pozwala to odprowadzić mocz w dalsze części wkładu i nie kumulować się w jednym miejscu.

Po wlewu wody czekamy ok. 1 min. Następnie ponownie wlewamy 200 ml cieczy. Wyroby chłonne są produktami jednorazowymi, niemniej powinny chłonać więcej aniżeli jedną mikcję. Wyroby chłonne wysokiej jakości ocenia się nie po jednorazowym, ale po co najmniej dwukrotnym wlewu wody. Ponownie czekamy ok. 1 min. Następnie bierzemy kilka chusteczek higienicznych, kładziemy je na miejsce lania wody, obciążamy je ciężarkiem i czekamy ok. 1 min. Następnie ściągamy ciężarek i oceniamy, jak i czy chusteczki są mokre.

Drugim testem pozwalającym w prosty sposób sprawdzić jakość produktów chłonnych jest sprawdzenie paroprzepuszczalności i „oddychalności” produktu. Kluczowe jest to, by produkt przepuszczał powietrze i dzięki temu pozwalał skórze oddychać, a nie przepuszczał cieczy.

Są dwa bardzo proste sposoby, aby to sprawdzić.

1. Test z wykorzystaniem gorącej wody

Co jest nam do tego potrzebne?

- czajnik;
- 2 szklanki.

Jak przeprowadzić test?

Aby stwierdzić, czy produkt posiada paroprzepuszczalny materiał, potrzebujemy parę wodną. Dlatego warto zagotować wodę, a następnie wlać ją do szklanki. Kładziemy na nią fragment testowanego produktu i przykrywamy drugą szklanką. Najlepiej jest wykorzystać boki produktu, jednak pod warunkiem, że cały produkt wykonany jest z tego samego materiału. Ważne, aby przyłożyć drugą szklankę dość szczelnie, ponieważ dzięki temu para wodna nie będzie uchodzić poza szklankę. Już po ok. 2 min możemy zaobserwować, czy górna szklanka od wewnątrz zaczyna zaparowywać. Para wodna przeszła przez produkt i zaczęła skraplać się na szklance? Jeśli tak, to możemy mieć pewność, że produkt posiada paroprzepuszczalny materiał. Im bardziej ścianki górnej szklanki będą zaparowane, tym większa paroprzepuszczalność, a to oznacza, że produkt jest lepszy dla skóry pacjenta.

2. Test przez oddychanie

Jeśli nie mamy możliwości wykorzystania czajnika, możemy w bardzo prosty sposób sprawdzić, jak łatwo jesteśmy w stanie pooddychać przez bok produktu. Dokładnie tak, jak w teście z czajnikiem - im łatwiej będzie nam oddychać przykładając do ust bok produktu, tym większa paroprzepuszczalność materiału. Produkty pokryte folią uniemożliwią oddychanie.