



 Independent  
Living Centre  
of WA (Inc)



Centro per una vita indipendente del Western Australia (Inc)

**Il Centro per una vita indipendente offre un servizio di informazioni e consulenza gratuito e imparziale per aiutarvi a scegliere il prodotto giusto per voi**

The Niche, Suite A, 11 Aberdare Road, NEDLANDS WA 6009 Telefono: 1300 885 886 Informazioni: (08) 9381 0608

# Antidecubito

## Linee Guida Per Aiutare A Prevenire Le Ulcere Da Decubito

**Considerata la complessità dell'antidecubito, si consiglia di consultare un esperto.**

### Qual'è la causa della formazione di zone soggette a pressione?

Una compressione continua che provoca il peggioramento della circolazione, portando a lesioni cutanee, dei tessuti muscolari e sottocutanei – si verifica generalmente sulle prominenze ossee, ad es. sui talloni, sui gomiti, sulla zona sacrale e glutea.

Le ulcere da decubito possono portare a periodi lunghi di ospedalizzazione, gravi complicazioni e addirittura alla morte.

### Quali sono le persone a rischio?

Nonostante le persone maggiormente a rischio siano gli anziani, le ulcere da decubito possono insorgere a qualsiasi età.

Tra i fattori che ne determinano l'insorgenza vi sono:

- Una cattiva circolazione.
- Incontinenza.
- Una ridotta capacità sensoriale.
- Malnutrizione.
- L'incapacità di assumere una posizione adeguata e in modo indipendente.
- L'utilizzo di ausili scorretti, ad es. la ciambella.

### Prevenire è sempre meglio che curare

Quando la persona è costretta a letto o a stare seduta per periodi prolungati, è importante aver cura di evitare una compressione prolungata che potrebbe causare abrasioni.

### Prevenzione

- Far assumere una posizione ottimale.
- Cambiare regolarmente posizione – almeno ogni due ore se la persona è allungata, e per 15 secondi ogni 15 minuti nella posizione seduta.
- Controllare quotidianamente se si manifestano arrossamenti ed intervenire se il rossore persiste per più di ½ ora, anche dopo aver cambiato posizione.
- Ridurre al minimo la frizione con tessuti, pieghe, o particelle, e prestare attenzione negli spostamenti per evitare lesioni cutanee.
- Evitare di assumere la posizione seduta in letto per più di 10 minuti.
- Evitare i vestiti attillati e troppo lavorati, stoffe ruvide, come ad es. i jeans.
- Praticare esercizi passivi per aiutare il tono cutaneo (nel caso la persona sia immobilizzata)
- il fisioterapista sarà in grado di elaborare il programma appropriato.

## Assumere una visione d'insieme

Gli ausili antidecubito avranno una buona riuscita solo se associati a:

- una dieta nutriente che preveda il giusto apporto proteico, e supplementi vitaminici e minerali – rivolgersi al dietista.
- un apporto adeguato di liquidi.
- una gestione appropriata della continenza per evitare abrasioni.
- un'educazione che faciliti la comprensione dei motivi per cui è necessario il cambio di postura e il controllo delle zone arrossate.

## Superfici di supporto antidecubito

Agevolare una posizione confortevole e aiutare ad evitare che si sviluppino zone soggette a pressione, ma non venir meno alla necessità di cambiare posizione e di curare l'aspetto cutaneo.

Esistono molti mezzi il cui impiego allevia la pressione d'appoggio, tra cui:

- gommapiuma.
- dispositivi ad acqua.
- dispositivi ad aria.
- dispositivi ad aria circolante.
- fibra.
- gel o schiuma liquida.
- pelle di pecora.

La scelta della superficie più adatta dipende da molte variabili legate alle esigenze della persona e alle circostanze di vita, oltre che alle proprietà inerenti della superficie stessa. Alcune di queste comprendono:

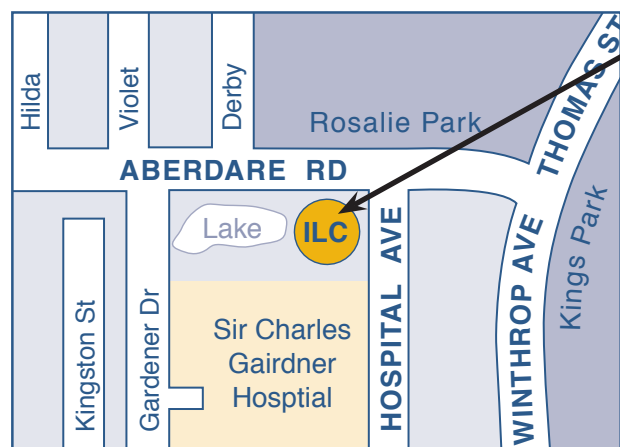
### *Aspetti personali*

- Presenza di fattori di rischio.
- Stabilità posturale e supporti necessari.
- Necessità e capacità di chi presta assistenza.
- Fattori ambientali.

### *La superficie*

- Comfort e accettazione da parte della persona.
- Stabilità e supporto posturale.
- Costi.
- Peso.
- Manutenzione necessaria.
- Capacità di conformarsi e adeguarsi alle esigenze individuali.
- Capacità di alleviare la pressione, ridurre forze di taglio e frizioni.

## **Sono disponibili brochure su altri argomenti**



### **Dove siamo**

The Niche  
Suite A, 11 Aberdare Road  
NEDLANDS WA 6009

Centralino: (08) 9381 0600  
Chiamate da zone rurali:

1300 885 886

Fax: (08) 9381 0611

www: [www.ilc.com.au](http://www.ilc.com.au)