

Obsah

1. Úvod	2
2. Co jsou to bérkové vředy?	3
3. Jaké jsou příčiny bérkových vředů?	4
4. Bérkové vředy žilního původu	5
5. Bérkové vředy tepenného původu	7
6. Vředy u pacientů s cukrovkou	7
7. Léčba bérkových vředů	8
7.1 Co je prospěšné?	8
7.2 Co je škodlivé?	27
8. Další rady a doporučení	28
9. Přehled materiálů k lokálnímu ošetření	29
10. Přehled produktů ke kompresivní léčbě	32

1 Úvod

Milá pacientko, milý paciente, k problematice chronických ran a jejich ošetřování je nutno přistupovat nejen z hlediska medicínského, ale i sociálního, psychologického a ekonomického, kdy cílem léčebného snažení zdravotnického personálu a pacienta je regulace a stimulace jednotlivých fází hojení ran tak, aby celý proces hojení probíhal na kvalitativně vyšší úrovni a aby v kratší ošetrovací době došlo ke zhojení vředu.

Bércové vředy jsou chronickým a dlouhodobým onemocněním a jejich léčba vyžaduje aktivní přístup a spolupráci nemocného, stejně jako jeho obrovskou trpělivost a ukázněnost.

Dostává se Vám do rukou příručka, která byla vytvořena proto, aby Vám pomohla objasnit podstatu choroby a poskytla odpověď na otázky, které v souvislosti s Vaší nemocí vznikají.

Tento odborný rádce by pro Vás měl být jednoduchým návodem, jak Vy sami můžete přispět k léčbě bércových vředů, jak se můžete aktivně podílet na urychlení procesu hojení a také jak po zhojení vředů upravit svůj životní režim, aby znovu nedošlo k recidivě onemocnění.

Upřímně Vám přeji co nejrychlejší uzdravení a trvale spokojený život.

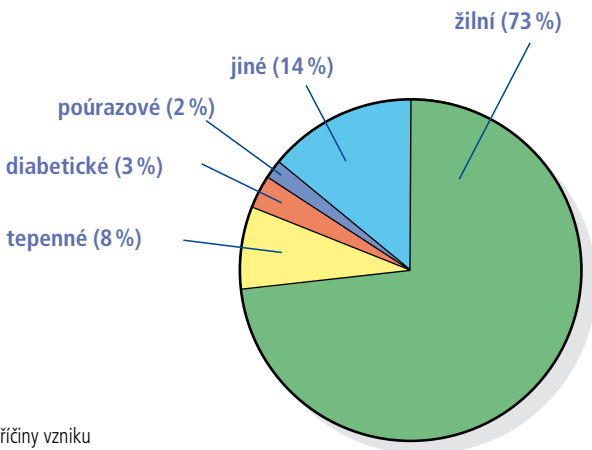


MUDr. Sabina Švestková, Ph.D.

2 Co jsou to bérčové vředy?

Bérčový vřed lze definovat jako chronický defekt kůže charakterizovaný rozpadem tkáně a její nekrotizací. Bérčové vředy mohou vznikat z různých příčin žilních, tepenných či smíšených (graf č. 1).

Statistické údaje uvádějí, že až 1 % populace trpí bérčovými vředy a takto postižených pacientů přibývá s věkem. Až 3,5 % obyvatel nad 65 let má vředy na bércích.



graf č. 1: Příčiny vzniku bérčových vředů

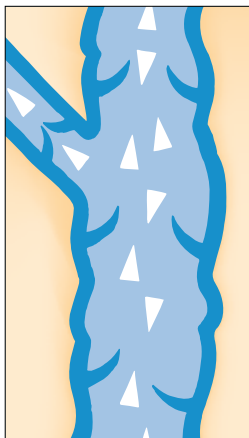
3 Jaké jsou příčiny bérkových vředů?

Příčinou bérkových vředů jsou nejčastěji onemocnění cévního systému, žilního a tepenného. Proto také ve většině případů, kdy hovoříme o bérkových vředech, máme na mysli bérkové vředy žilního anebo tepenného původu. Další četnou skupinu tvoří vředy u pacientů s cukrovkou, vředy vzniklé po úrazech (traumatické), dekubity (proleženiny), vředy při nemocech krve, infekční vředy, vředy při revmatických chorobách a vředy vzniklé na podkladě nádorů.

Klinický obraz i průběh onemocnění je odlišný podle příčiny bérkového vředu, často je však přítomno zároveň i více etiologických faktorů (např. onemocnění tepen a onemocnění žil a ještě cukrovka). Hovoříme potom o bérkových vředech smíšeného původu.

4 Bércové vředy žilního původu (vředy venózní)

Bércové vředy jsou v největším počtu případů (73 %) nejtěžší komplikací chronické žilní choroby. Pod pojmem chronická žilní choroba rozumíme všechny stavy, které vznikají v důsledku městnání žilní krve v dolních končetinách při poruchách zpětného toku krve, čímž dochází ke vzniku přetlaku v žilním řečišti, žíly se rozšiřují a objevují se varixy (křečové žíly). Žilní chlopně postupně ztrácejí svoji ventilovou funkci a neodváděná tekutina se hromadí v podkoží (obr. 1).



obr. 1: V patologicky rozšířené žíle již nemohou žilní chlopně plnit svoji ventilační funkci a krev proudí oběma směry, což má za následek vznik otoků a porušení výživy tkáně.

K rozvoji onemocnění žilního systému přispívají tyto rizikové faktory:

- ▶ dědičná dispozice ke ztrátě elasticity žilní stěny
- ▶ obezita
- ▶ věk
- ▶ výskyt žilních onemocnění a bérco- vých vředů v rodině
- ▶ proběhlý zánět v hlubokém žilním systému (trombóza)
- ▶ sedavé zaměstnání nebo dlouhé stání
- ▶ nedostatek tělesného pohybu
- ▶ větší počet těhotenství nebo hormo- nální léčba

S rozvojem poruchy funkce žilního sys- tému se objevují jednotlivé známky žilní choroby:

- ▶ křečové žíly
- ▶ otoky na dolních končetinách, nejvíce kolem kotníků
- ▶ hemosiderinové pigmentace – rezavohnědé zbarvení kůže na bér- cích

- ▶ kůže je tenčí, na povrchu s olupová- ním a velmi snadno dochází k jejímu podráždění, zvláště po aplikaci nej- různějších zevních prostředků s pří- sadou bylin nebo jiných dráždivých látek (např. heřmánek, aloe, propo- lis, Alpa apod.)
- ▶ dochází ke ztrátě ochlupení na bér- cích a ke změnám na nehtech
- ▶ v oblasti vnitřního kotníku často vznikají drobné bělavé skvrny (tzv. bílá atrofie) a na jejich podkladě může dojít k rozpadu kůže
- ▶ žilní bércové vředy se objevují velmi často v oblasti kotníků, častěji na vnitřní straně, ale prakticky mohou vzniknout i v jiné oblasti na bérce. Bércové vředy u chronické žilní nedostatečnosti bývají rozsáh- lé, mají nepravidelné okraje a na secernující spodině nacházíme převahu červené lesklé granulační tkáně. Mohou být přítomny i roso- lovitě žlutavé fibrinové povlaky.

5 Bércové vředy tepenného původu (vředy arteriální)

Vznikají na podkladě onemocnění tepenného systému na dolních končetinách při zúžení nebo uzávěru tepen, zvláště u pacientů ve vyšším věku. Vředy mohou vzniknout také u pacientů s déletrvajícím vysokým krevním tlakem.

Tepenné vředy jsou nejčastěji lokalizovány na prstech a na patě, případně v oblasti zevního kotníku, a většinou jsou hluboké, mají výrazně naválité okraje, spodina secernuje jen omezeně a často je krytá pevně lpící odumřelou tkání.

6 Vředy u pacientů s cukrovkou (vředy diabetické)

Na vzniku těchto vředů se podílí onemocnění tepen a/nebo onemocnění periferních nervů u pacientů, kteří mají diabetes mellitus.

Vředy u diabetiků nacházíme na dolních končetinách v oblasti působení tlaku nad kostními výčnělky, např. na šlapkách nebo na spodních stra-

nách prstů, také v místech naléhání nevhodné obuvi. Tyto vředy jsou nevelké, ale hluboké, často je lemuje prstenec ztvrdlé kůže. Spodina může být krytá odumřelou tkání, nebo je chabá, špekovitá bez větší sekrece.

7 Léčba bércových vředů

7.1 Co je prospěšné?

Cílem léčby bércových vředů je odstranit příčiny, které toto onemocnění vyvolaly, což je ve většině případů velmi obtížné. Kompenzaci přidružených chorob a celkovou léčbu rozhodně přenechejte svému ošetřujícímu lékaři. Náš odborný rádce Vám přiblíží oblast místní léčby a jejího účinku na hojení chronických ran.

7.1.1 Místní léčba

Účinné je tzv. **vlhké ošetřování ran**, kdy použitím vhodných materiálů je na ráně vytvořeno příznivé vlhké mikroklima a dochází k urychlení hojení rány. Moderní krytí určená pro vlhké ošetřování se k ráně nepřilepí a při převazu nedochází k poškození nově vytvořené tkáně, takže výměna obvazu je prakticky bezbolestná. S jejich pomocí je možné bez problémů udržovat vřed trvale ve vlhkém prostředí a díky rozdílným fyzikálním vlastnos-

tem a účinkům je navíc zajištěna možnost výběru a použití podle právě probíhající fáze hojení rány.

Nezávisle na druhu rány je proces hojení možno rozdělit do tří fází:

1. Fáze čistící
2. Fáze granulační
3. Fáze epitelizační

Jednotlivé fáze se časově překrývají a nelze je od sebe oddělit.

Ve **fázi čistící** podporuje vhodné zvolené léčebné krytí čištění vředu odsáváním nadbytečného sekretu s choroboplodnými zárodky; slouží také jako ochrana rány před infekcí, povzbuzuje přirozenou obranyschopnost a schopnost hojení a umožňuje odstranění odumřelé tkáně bez poškození buněk.

Ve **fázi granulační** podporuje krytí novotvorbu tkáně tím, že vyrovnává hladinu vlhkosti, chrání ránu před vysycháním, funguje jako bariéra proti choroboplodným zárodkům a chrání granulační tkáň před mechanickým drážděním.

Ve **fázi epitelizační** urychluje obvaž dělení buněk tím, že udržuje prostředí rány vlhké a zabraňuje předčasné tvorbě strupu.

Je prokázáno, že rána se hojí rychleji, když je v ní udržováno trvale vlhké prostředí. Pokud je rána suchá, jsou hojivé pochody výrazně zbržděny.

Výhody terapie ve vlhkém prostředí:

- ▶ vytváří příznivé mikroklima pro obnovu buněk
- ▶ zabraňuje inaktivaci buněk obranného systému vysycháním
- ▶ zabraňuje inaktivaci místně vylučovaných biologicky aktivních substancí
- ▶ podporuje proliferaci fibroblastů a buněk epitelu
- ▶ zvyšuje čisticí účinek na rány

- ▶ zabraňuje vysušování obvazu
- ▶ zabraňuje přilepení nově vzniklých buněk epitelu na obvaz

Na vlastnostech a fyzikálních principech účinku použitých materiálů závisí, nakolik jednotlivá krytí na rány odpovídají požadavkům dané fáze hojení. Z tohoto důvodu se nabízí široký, diferencovaný sortiment výrobků, se kterými lze pracovat vždy podle indikace. Výběr přípravku k místní léčbě vždy provádí lékař.

TenderWet® (obr. 2)

Účinné krytí, které po aktivaci superabsorpčního jádra Ringerovým roztokem využívá principu kontinuálního vyplachování rány. Má výrazný čistící efekt, dále rozpouští a rychle odstraňuje odumřelou tkáň a ztvrdlou kůži, omezuje sekreci z rány a odstraňuje zápach. TenderWet krytí lze použít ve všech fázích hojení.



obr. 2

Další typy produktu

TenderWet – aktivace Ringerovým roztokem, výměna po 12 hodinách.

TenderWet 24 – aktivace Ringerovým roztokem, výměna po 24 hodinách.

TenderWet Duo – kombinace TenderWet 24 a TenderWet Solution.

TenderWet 24 active – již aktivovaný Ringerovým roztokem, k přímému užití, výměna po 24 hodinách.

TenderWet active cavity – k vyplnění hlubokých defektů a kapes, v kombinaci s TenderWet 24 active může na ráně zůstat až 24 hodin.



Sorbalgon® (obr. 3)

Krytí určené hlavně k čištění hlubokých, špatně přístupných ran. Je vyrobeno z mořských řas, které jsou bohaté na algináty (polymery s obsahem organických kyselin). Má výborný čisticí efekt – vlákna alginátu se po nasycení sekretem z rány změň v gel s vlastnostmi vlhkého krytí; současně algináty nasávají zbytky odumřelých buněk, bakterií, hnisu a uzavírají je do vznikajícího gelu. Sorbalgon je výborný pro kombinaci s dalším krytím (PermaFoam, TenderWet). Výměna obvazu se provádí po úplné přeměně vláken na gelovitou hmotu.

Další typy produktu

Sorbalgon T – tamponádní proužky určené speciálně pro úzké píštělové chodby.



obr. 3



Hydrosorb® (obr. 4)

Hydrogelové plošné krytí s vysokým podílem vody. Je transparentní, vytváří okamžitě po přiložení vlhké prostředí v ráně, urychluje granulaci a epitelizaci, zabraňuje srůstům a traumatizaci nové tkáně. Uzavírá choroboplodné zárodky do struktury gelu a chrání ránu před sekundární infekcí. Transparence obvazu umožňuje provést inspekci rány bez nutnosti výměny obvazu. Krytí lze snadno a beze zbytků odstranit z rány. Trvalá integrita gelu zabraňuje jeho vytékání. Hydrosorb je vhodný pro granulující a epitelizující rány s čistou spodinou bez známek infekce. Dle intenzity sekrece může být ponechán na ráně až 5 dnů.



obr. 4



Další typy produktu

Hydrosorb comfort – se samolepicím okrajem.

Hydrosorb® Gel (obr. 5)

Amorfní gel na vodní bázi, který se používá k léčbě chronických ran se suchou spodinou. Podporuje odstranění nekrózy průběžným uvolňováním vody do rány. Gel obsahuje Ringerův roztok, který rehydratuje a dodává do rány důležité ionty. Gel lze na ráně ponechat až 3 dny. Doporučuje se sekundární fixace gelu pomocí transparentních filmů (např. Hydrofilm).



obr. 5



PermaFoam® (obr. 6)

Polyuretanové krytí, které spolehlivě odsává sekret z rány díky speciální pórovité struktuře fungující jako kapiláry a díky krycí vrstvě, která je vysoce propustná pro vodní páry. Ideální je jeho kombinace s mastnými tyly a kompresivní terapií (i při stlačení si zachovává 90 % absorpční kapacitu).

Další typy produktu

PermaFoam comfort – se samolepicím okrajem.



obr. 6



Hydrocoll® (obr. 7)

Přilnavý savý hydrokoloidní obvaz s polopropustnou vrstvou z polyuretanu. Při absorpci exsudátu z rány dochází k tvorbě gelu, který vytváří vlhké prostředí v ráně. Gel lze snadno z rány odstranit opláchnutím či obkladem. Krytí je nepropustné pro choroboplodné zárodky díky polyuretanové vrstvě. Pojímá infikovaný sekret z rány a bezpečně jej do sebe uzavírá. Lze se s ním sprchovat. Na ráně může zůstat až 7 dnů; indikací k výměně je vytvoření puchýře a viditelné zbarvení obvazu.



obr. 7



Další typy produktu

Hydrocoll thin – tenčí verze vhodná na méně secernující rány, může se stříhat; vhodný pod kompresivní punčochy.

Hydrocoll sacral – speciální tvar k ošetření v sakrální oblasti.

Hydrocoll concave – speciální tvar k ošetření v oblasti paty a lokte.

Hydrotul® (obr. 8)

Hydroaktivní síťové krytí s mastí, které udržuje okraje rány měkké a pružné, čímž předchází maceraci. Je tvořen objemnou maticí se strukturou medové plástve, která bezpečně odvádí sekret z rány. Obsahuje hydrokoloidní částice v masti, které absorbují a udržují vlhkost v ráně, čímž vytvářejí prostředí podporující hojení. Umožňuje netraumatickou výměnu krytí. Lze jej kombinovat s mnoha druhy krytí na rány. Materiál lze stříhat.



obr. 8



Atrauman® Ag (obr. 9)

Sterilní hydrofóbní polyesterový mastný tyl s obsahem stříbra cíleně usmrcuje choroboplodné zárodky, aniž by do rány byly uvolňovány ionty stříbra. Zároveň chrání a ošetřuje okraje rány mastným základem, čímž předchází maceraci. Nelepí se na spodinu rány, nově se tvořící tkáň není traumatizována. Hospodárné využití umožňuje aplikace obvazu po dobu minimálně sedmi dní. Není typickým zástupcem vlhké terapie, ale lze jej velmi dobře s ostatními materiály kombinovat.



obr. 9



Fixaci krytí na rány je nutné z důvodu snadné zranitelnosti kůže neuropatických pacientů provádět výhradně používáním mulových obinadel a mulových kompresů. Zásadně nepoužívejte k fixaci na kůži náplast.

Peha-crepp® (obr. 10)

Měkké fixační obinadlo s vysokou elasticitou a jednoduchou aplikací na všechny části těla.



obr. 10



Peha-haft® (obr. 11)

Přilnavé fixační obinadlo, které díky mikrobodové latexové impregnaci (tzv. kohezivní efekt) nesjíždí, neuvolňuje se.



obr. 11



Sterilux® ES (obr. 12)

Gázové kompresy s dobrou savostí, prodyšností. Používají se k ošetření ran jako sekundární krytí.



obr. 12



Zetuvit® (obr. 13)

Kompresy s vysokou savostí. Jsou tvořeny 4 vrstvami materiálů, na vnější straně prodyšná hydrofóbní vrstva, která zabraňuje prosáknutí sekretu.



obr. 13



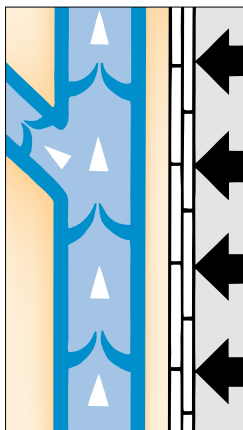
7.1.2 Zevní komprese

Zevní komprese je základem léčby **bércových vředů žilního původu**.

Mechanismus účinku zevní komprese je jednoduchý. Obvaz obepíná končetinu po celém jejím obvodu natolik pevným tlakem, že se chorobně rozšířené žíly opět zúží a díky tomu se žilní chlopně stávají domykavými, mohou se opět uzavírat, a tím se zvýší rychlost proudění žilní krve a normalizuje se zpětný návrat krve směrem k srdci.

Obnovou žilního návratu se z poškozené tkáně postupně odvádějí i odpadní látky a přebytečná tkáňová tekutina, takže otoky se zmenšují a zlepšuje se hojení bércových vředů. Kompresivní obvaz současně slouží i jako pevná podpora svalů dolní končetiny, což zlepšuje výkon přirozené žilní pumpy, svalů a kloubů. Ve spojení s aktivním pohybem proto kompresivní obvaz přináší pacientovi již po prvním přiložení znatelnou úlevu. Platí, že čím více se v obvazu pohybujete, tím větší je účinek léčby.

Kompresivní obvaz by se měl přikládat ráno vleže ještě před svěšením konče-



obr. 14: Působením tlaku kompresivního obvazu se žíly opět zúží, žilní chlopně se stávají domykavými, mohou se uzavírat a zpětný transport žilní krve se normalizuje.

tin z postele dolů, tedy ještě před tím, než se žilní systém opět naplní. K samotnému přiložení obvazu by měl být kotník postaven do pravého úhlu (obr. 15, 16).

Účinný kompresivní obvaz musí končetinu velmi pevně obepínat, aby se zúžily rozšířené žíly. Přitom platí, že čím méně je obvazový materiál poddajný, tím silnější je tlak, který působí dovnitř na žíly.

Končetina se zásadně obvazuje celá, včetně chodidla, od prstů a přes patu.

Dobře přiložený obvaz by měl poskytovat pocit bezpečné opory a bolesti by měly ustát. Nestane-li se tomu tak, nebo objeví-li se dokonce nová bolest, která ani po chvilkovém přecházení nezmizí, je nutno obvaz sejmout a přiložit znovu.

Nejúčinnější a nejzdravější jsou takzvaná **obinadla s krátkým tahem** (například Ideal, Idealflex, Idealast-haft nebo Pütter). Svojí relativně malou tažností vyvíjejí tlak, který postačuje k tomu, aby ovlivnil patologické poměry i v hlubokém žilním systému. Navíc se dobře přizpůsobují změnám obvodu končetiny po zahájení léčby.

Aby bylo možné zaručit trvalý léčebný úspěch, musí být zevní komprese důsledně používána i po zhojení vředů, protože jen tak lze zajistit i nadále správnou funkci žilního systému.



obr. 15: Postavte nohu do pravého úhlu a začněte první otáčku na nártu těsně pod prsty.



obr. 16: Hotový obvaz.

Ideal (obr. 17)

Elastické obinadlo s krátkotažným efektem vhodné k ošetřování akutních a chronických onemocnění žilního a lymfatického systému u mobilních i imobilních pacientů. Obvaz je vhodný k zahájení i k pokračování léčby – eventuálně až do doby úplného ústupu otoku, popřípadě vyhojení vředu. Při přikládání obinadla se jej nebojme více utáhnout, jinak bude sjíždět.



obr. 17

Idealast®-haft (obr. 18)

Kohezivní, trvale elastické obinadlo s krátkým tahem, které má dvě rozhodující přednosti: nevytahuje se a nesjíždí. Používá se na středně silnou kompresi k profylaxi a doléčení žilních onemocnění, jako podpurný a odlehčovací obvaz při poškození pohybového aparátu.



obr. 18

Pütter-Verband® (obr. 19)

Pevné obinadlo s krátkým tahem, které se používá pro silnou kompresi při chorobách žilního systému, při všech akutních a chronických otocích z městnání a při bérčových vředech.



obr. 19

Idealflex® (obr. 20)

Trvale elastické univerzální obinadlo s krátkým tahem. Vytváří silnou kompresi, a vzhledem k tomu nachází širokou oblast použití jako podpůrný a odlehčovací obvaz.



obr. 20

Největší tažnost ze všech obvazových materiálů vykazují **obinadla s dlouhým tahem** jako např. Idealtex. Dobře se přizpůsobují tvaru nohy a vytvářejí rovnoměrný trvalý tlak, jenž ale účinkuje pouze na povrchové žíly. Tím se dlouhotažná obinadla hodí zejména pro fázi doléčení po odeznění akutních obtíží a k udržení dosaženého stavu. Dlouhotažná obinadla je ovšem nutno v noci nebo při delším odpočinku sejmout, protože jinak by jemné cévy byly příliš silně stlačovány trvalým tlakem obvazu.

Idealtex® (obr. 21)

Elastické podpůrné obinadlo s dlouhým tahem k ošetření především poranění pohybového aparátu a k doléčování ulcerací. Pouze pro denní použití a pro chodící pacienty.



obr. 21

Saphenamed® ucw (obr. 22)

Novinkou v oblasti kompresivní terapie pro léčbu bérčových vředů žilního původu je kompresivní systém Saphenamed ucw.

Saphenamed ucw se skládá ze dvou punčoch, které dohromady vytváří konstantní klidový tlak 40 mmHg, potřebný k léčbě venózních vředů a zabránění jejich recidivy. Spodní punčocha vyvíjí tlak 18 mmHg, horní punčocha tlak 22 mmHg. Při výrobě bylo použito speciální pletení ve tvaru vln, které do sebe navzájem zapadají a udrží tak jednotlivé vrstvy v ideální pozici, čímž je dosaženo rovnoměrného a konstantního klidového tlaku.

Největší předností Saphenamedu ucw je nenáročná aplikace a neomezená pohyblivost. Díky rozložení tlaku do dvou samostatných punčoch je oblékání mnohem snadnější, pacient je zvládá sám bez odborné asistence. Horní punčocha je určena pouze pro denní nošení, spodní punčochu lze nosit celých 24 hodin.

Samozřejmě lze nový kompresivní systém zároveň kombinovat se všemi produkty vlhké terapie (např. TenderWet active, PermaFoam, Sorbalgon + Zetuvit či Atrauman Ag aj.) na léčbu bérčových vředů žilního původu.

Díky speciální technologii mořských řas SeaCell dále kompresivní systém zajišťuje revitalizující péči o pokožku, 3% obsah Lyocellu v punčochách podporuje termoregulaci. Pacienti také ocení fakt, že systém umožňuje nejen optimální hygienu, ale především nošení běžné obuvi. Snadná aplikace a pohodlné nošení je přitom základem úspěšné léčby. Punčochy lze nosit i po zhojení vředu, aby se zabránilo recidivě onemocnění.



obr. 22

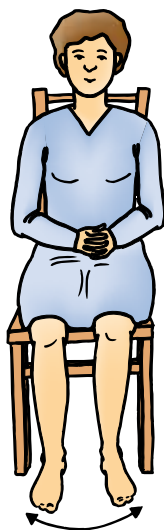
7.1.3 Cvičení a pohyb

Nezbytnou součástí léčebného režimu musí být i přiměřená fyzická aktivita. Prací svalové pumpy při pohybu totiž dochází ke zlepšení oběhových poměrů v končetinách. Zařaďte do svého programu pravidelné procházky, lehká cvičení, dle možností i jízdu na kole.

Zkuste si během dne alespoň 30krát stoupnout na špičky, zhoupnout se ze špičky na patu nebo kroužit nohama v kotnících. Uvádíme i další účinné a jednoduché cviky (obr. 23–27):

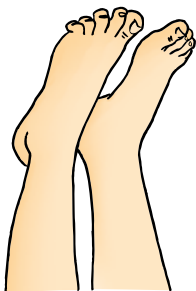
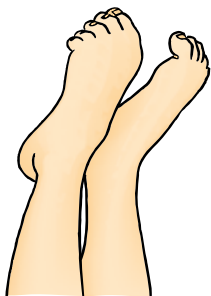
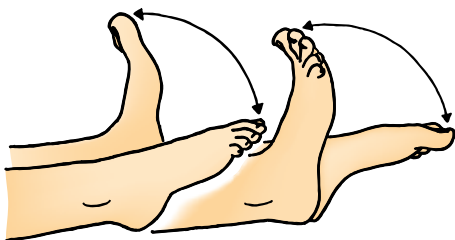


obr. 23: Vsedě se střídavě opírejte o špičky a o paty.

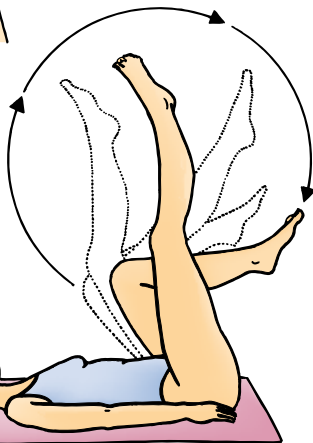


obr. 24: Vsedě se opírejte o paty a špičkami pohybujte do stran.

obr. 25: Vleže propínejte a krčte špičku střídavě jedné a druhé nohy.



obr. 26: Vleže se zvednutými končetinami krčte a natahujte prsty.



obr. 27: Vleže simulujte jízdu na kole.

7.1.4 Elevace končetin

Při onemocnění žilního systému dolních končetin pomáhá zvednutí dolních končetin nad úroveň srdce v době klidu, spánku a odpočinku. Položte si nohy 3–5krát denně na dobu 5–10 minut do zvýšené polohy. Prospěšné je i podložení postele v nohách o 10 cm.

7.1.5 Strava a tělesná hmotnost

Dbejte o pestrost stravy a udržujte si přiměřenou tělesnou hmotnost. Důležité je i pravidelné vyprazdňování.

7.1.6 Masáže studenou vodou

Masáže studenou vodou trénují cévní systém a přispívají ke zlepšení návratu krve k srdci. Sprchování je prospěšné i při převazu bérceových vředů, protože proudem vody jsou odstraněny povlaky i zbytky mastí.



7 Léčba bérceových vředů

7.2 Co je škodlivé?

- ▶ Dlouhé stání a sezení.
- ▶ Působení vyšších teplot (sauna, horké lázně a koupele). Nikdy nepokládejte nohy na přímé zdroje tepla.
- ▶ Když škrtí oděv, zvláště punčochy a ponožky.
- ▶ Škodlivé je i nošení vysokých podpatků, ale vhodné nejsou ani boty úplně nízké, bez podpatků. Noste pohodlnou obuv.
- ▶ Kouření.
- ▶ Vyvarujte se drobných poranění.

8 Další rady a doporučení

Nezapomínejte na péči o kůži!

Charakter kůže se s přibývajícím věkem mění. Pokožka se nerovnoměrně ztenčuje, ztrácí svoji pevnost a pružnost, tuk a vlhkost se snáze ztrácí, kůže se stává sušší a citlivější. Pravidelným ošetřováním kůže na dolních končetinách lze zvýšit její odolnost, což je důležité v prevenci infekce, ekzémů i bércových vředů.

Účinným pomocníkem může být kosmetická řada Menalind professional, která byla speciálně vyvinuta k uspokojení nároků zralé pokožky, kterou čistí, vyživuje, regeneruje, hydratuje a zvyšuje její odolnost. Tyto výrobky obsahují šetrné a účinné kombinace látek, u kterých dermatologické testy prokázaly, že posilují přirozenou ochrannou bariéru kůže.



9 Přehled materiálů k lokálnímu ošetření

TenderWet velikost balení VZP

superabsorpční polštářek na rány

TenderWet			
ø 4 cm	bal. à 14 ks	0080095 Z	
ø 5,5 cm	bal. à 14 ks	0080097 Z	
7,5 × 7,5 cm	bal. à 14 ks	0080099 Z	
10 × 10 cm	bal. à 14 ks	0080101 Z	

TenderWet 24			
ø 4 cm	bal. à 12 ks	0080403 Z	
ø 5,5 cm	bal. à 12 ks	0080405 Z	
7,5 × 7,5 cm	bal. à 12 ks	0080407 Z	
10 × 10 cm	bal. à 12 ks	0080409 Z	

TenderWet 24 active			
ø 4 cm	bal. à 8 ks	0081096 Z	
ø 5,5 cm	bal. à 8 ks	0081100 Z	
4 × 7 cm	bal. à 8 ks	0081098 Z	
7,5 × 7,5 cm	bal. à 8 ks	0081102 Z	
10 × 10 cm	bal. à 8 ks	0081104 Z	
7,5 × 20 cm	bal. à 8 ks		

TenderWet Duo

kombinovaná sada k aktivnímu čištění ran

ø 4 cm	8ks/8ks	0080687
ø 5 cm	8ks/8ks	0080688
7,5 × 7,5 cm	8ks/8ks	0080689
10 × 10 cm	8ks/16ks	0080690

Sorbalgon velikost balení VZP

kalciumalginátové kompresy

Sorbalgon – kompresy			
5 × 5 cm	bal. à 10 ks	0005006 Z	
10 × 10 cm	bal. à 10 ks	0005128 Z	
Sorbalgon T – tamponádní proužky			
2g/30 cm	bal. à 5 ks	0080311 Z	

Hydrosorb

transparentní hydrogelový obvaz

Hydrosorb			
5 × 7,5 cm	bal. à 5 ks	0080972 Z	
	(1 ks)	0080155 Z	
10 × 10 cm	bal. à 5 ks	0080973 Z	
	(1 ks)	0080156 Z	
20 × 20 cm	bal. à 3 ks		
Hydrosorb comfort			
4,5 × 6,5 cm	bal. à 5 ks	0080550 Z	
	(1 ks)	0081439 Z	
7,5 × 10 cm	bal. à 5 ks	0080412 Z	
	(1 ks)	0081437 Z	
12,5 × 12,5 cm	bal. à 5 ks	0080413 Z	
	(1 ks)	0081438 Z	
21,5 × 24 cm	bal. à 3 ks	0080551 M	
Hydrosorb Gel			
15g	bal. à 10 ks	0081794	
	(1 ks)	0081793	

Hydrocoll velikost balení VZP**hydrokoloidní krytí na rány**

Hydrocoll			
5 × 5 cm	bal. à 10 ks	0080821 Z	
7,5 × 7,5 cm	bal. à 10 ks	0080822 Z	
10 × 10 cm	bal. à 10 ks	0080823 Z	
15 × 15 cm	bal. à 5 ks	0080824 M	
	(1 ks)	0080323 M	
20 × 20 cm	bal. à 5 ks		
Hydrocoll thin			
7,5 × 7,5 cm	bal. à 10 ks	0080827 Z	
10 × 10 cm	bal. à 10 ks	0080828 Z	
15 × 15 cm	bal. à 5 ks	0080829 M	
	(1 ks)	0080324 M	
Hydrocoll sacral			
12 × 18 cm	bal. à 5 ks	0080825 M	
Hydrocoll concave			
8 × 12 cm	bal. à 10 ks	0080826 Z	

PermaFoam**pěnový obvaz s pórovitou strukturou**

PermaFoam			
10 × 10 cm	bal. à 10 ks	0081070 Z	
10 × 20 cm	bal. à 5 ks		
15 × 15 cm	bal. à 5 ks		
20 × 20 cm	bal. à 3 ks		
PermaFoam comfort – samolepicí			
11 × 11 cm	bal. à 10 ks	0081072 Z	
10 × 20 cm	bal. à 5 ks	0081449 Z	
15 × 15 cm	bal. à 5 ks	0081450 Z	
20 × 20 cm	bal. à 3 ks		

Atrauman Ag velikost balení VZP**mastný tyl s obsahem stříbra**

5 × 5 cm	bal. à 3 ks	0081314 Z	
	bal. à 10 ks	0081435 Z	
	(1 ks)	0081315 Z	
10 × 10 cm	bal. à 3 ks	0081316 Z	
	bal. à 10 ks	0081436 Z	
	(1 ks)	0081317 Z	
10 × 20 cm	bal. à 3 ks		
	bal. à 10 ks		

Hydrotul velikost balení VZP**hydroaktivní kompres s mastí**

5 × 5 cm	bal. à 10 ks	0081795 Z	
	(1 ks)	0081796 Z	
10 × 10 cm	bal. à 3 ks		
	bal. à 10 ks		
15 × 20 cm	bal. à 10 ks		

Peha-crepp**fixační obinadlo**

délka 4 m v napnutém stavu			
4 cm	bal. à 1 ks	0004677	
6 cm	bal. à 1 ks	0004682	
8 cm	bal. à 1 ks	0004689	
10 cm	bal. à 1 ks	0004694	
12 cm	bal. à 1 ks	0004706	

gázové kompresy

<u>Sterilux ES</u>			
5 × 5 cm	bal. à 25 ks x 2 ks	0080171	
7,5 × 7,5 cm	bal. à 25 ks x 2 ks	0080172	
10 × 10 cm	bal. à 25 ks x 2 ks	0080173	
10 × 20 cm	bal. à 25 ks x 2 ks		
<u>Sterilux ES nesterilní</u>			
sterilizovatelné papírové sáčky			
8 vrstev, 17 vláken			
5 × 5 cm	bal. à 100 ks	0019679	
7,5 × 7,5 cm	bal. à 100 ks	0019680	
10 × 10 cm	bal. à 100 ks	0019681	

10 x 20 cm bal. à 100 ks
 8 vrstev, 13 vláken
 5 x 5 cm bal. à 100 ks
 7,5 x 7,5 cm bal. à 100 ks
 10 x 10 cm bal. à 100 ks

Peha-haft

fixační obinadlo

Peha-haft obinadlo

délka 20 m v napnutém stavu

4 cm	bal. à 1 ks	0080682
6 cm	bal. à 1 ks	0080683
8 cm	bal. à 1 ks	0080684
10 cm	bal. à 1 ks	0080685
12 cm	bal. à 1 ks	0080686

Peha-haft role

délka 20 m v napnutém stavu

6 cm	bal. à 1 role
8 cm	bal. à 1 role
10 cm	bal. à 1 role
12 cm	bal. à 1 role

Sterilux

gázové kompresy

Sterilux ES

5 x 5 cm	bal. à 25 ks x 2 ks	0080171
7,5 x 7,5 cm	bal. à 25 ks x 2 ks	0080172
10 x 10 cm	bal. à 25 ks x 2 ks	0080173
10 x 20 cm	bal. à 25 ks x 2 ks	

Sterilux ES nesterilní

sterilizovatelné papírové sáčky

8 vrstev, 17 vláken

5 x 5 cm	bal. à 100 ks	0019679
7,5 x 7,5 cm	bal. à 100 ks	0019680
10 x 10 cm	bal. à 100 ks	0019681
10 x 20 cm	bal. à 100 ks	

8 vrstev, 13 vláken

5 x 5 cm	bal. à 100 ks
7,5 x 7,5 cm	bal. à 100 ks
10 x 10 cm	bal. à 100 ks

Zetuvit	velikost	balení	VZP
----------------	-----------------	---------------	------------

savé kompresy

Zetuvit

10 x 10 cm	bal. à 25 ks	0080153
10 x 20 cm	bal. à 25 ks	
13,5 x 25 cm	bal. à 10 ks	
20 x 20 cm	bal. à 15 ks	
20 x 40 cm	bal. à 5 ks	

Zetuvit nesterilní

10 x 10 cm	bal. à 30 ks	0080232
10 x 20 cm	bal. à 30 ks	
13,5 x 25 cm	bal. à 30 ks	
20 x 20 cm	bal. à 30 ks	
20 x 40 cm	bal. à 30 ks	

Zetuvit E nesterilní

10 x 10 cm	bal. à 50 ks
10 x 20 cm	bal. à 50 ks
15 x 20 cm	bal. à 50 ks
15 x 25 cm	bal. à 50 ks
20 x 20 cm	bal. à 50 ks
20 x 25 cm	bal. à 50 ks
20 x 40 cm	bal. à 30 ks

Z – nutný souhlas revizního lékaře pojišťovny

M – zvlášť účtovaný materiál (v rámci výkonu)

10 Přehled produktů ke kompresivní léčbě

Ideal velikost balení VZP

elastické krátkotažné obinadlo

délka 5 m v napnutém stavu

6 cm	bal. à 1 ks	0000877
8 cm	bal. à 1 ks	0000878
10 cm	bal. à 1 ks	0000879
12 cm	bal. à 1 ks	0000882
14 cm	bal. à 1 ks	0000883

Idealflex

elastické krátkotažné obinadlo

délka 5 m v napnutém stavu

6 cm	bal. à 1 ks	0022329
8 cm	bal. à 1 ks	0022330
10 cm	bal. à 1 ks	0022331
12 cm	bal. à 1 ks	0022332
15 cm	bal. à 1 ks	
20 cm	bal. à 1 ks	

Idealtex

elastické dlouhotažné obinadlo

délka 5 m v napnutém stavu

8 cm	bal. à 1 ks	0000888
10 cm	bal. à 1 ks	0000885
12 cm	bal. à 1 ks	0022441
14 cm	bal. à 1 ks	0004711

Saphenamed ucv

systém komprese

1–6 bal. à 1 set

Pütter-Verband

elastické krátkotažné obinadlo

délka 5 m v napnutém stavu

6 cm	bal. à 1 ks	0081481
8 cm	bal. à 1 ks	0022335
10 cm	bal. à 1 ks	0022336
12 cm	bal. à 1 ks	0022337

Idealast color cohesive

elastické kohezivní obinadlo

délka 4 m v napnutém stavu

modré	4 cm	bal. à 1 ks	0080527
	6 cm	bal. à 1 ks	0080528
	8 cm	bal. à 1 ks	0080529
	10 cm	bal. à 1 ks	0081577
červené	4 cm	bal. à 1 ks	0080531
	6 cm	bal. à 1 ks	0080532
	8 cm	bal. à 1 ks	0080533
	10 cm	bal. à 1 ks	0080534

Idealast-haft

elastické obinadlo

délka 4 m v napnutém stavu

6 cm	bal. à 1 ks	0080103
8 cm	bal. à 1 ks	0080104
10 cm	bal. à 1 ks	0080105
12 cm	bal. à 1 ks	0080106