

Estä painehaava

Arvioi painehaavariski 2–4 tunnin kuluessa potilaan saapumisesta hoitoon tai viimeistään 8 tunnin kuluessa. Uudelleenarvioi riski aina potilaan tilan muuttuessa, kuitenkin vähintään kerran viikossa.

1

Arvioi riskiluokka liikuntakyvyn ja ihon kunnon mukaan

Voimakkaasti rajoittunut liikuntakyky tai painehaava

suuri riski

Minimipaineinen ilmakennopatja tai suuren riskin istuinalusta

Rajoittunut liikuntakyky tai hauras iho tai tuntuutus *

keskisuuri riski

Vähintään vaahtogeelipatja tai -istuinalusta

* jos potilaalla kaksi kolmesta oireesta → suuri riski

Ei liikuntarajoitetta ja hyväkuntoinen iho

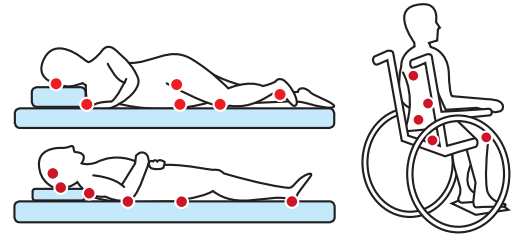
matala riski

Uusi arvio tilan muuttuessa tai vähintään kerran viikossa

2

Tarkista ihon kunto

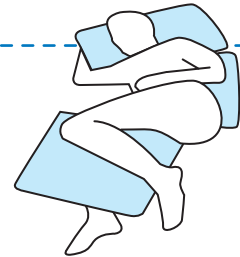
- **Tarkista** iho erityisesti luu-ulokekohdilta, letkujen ja katetrien tms. kohdalta.
- **Arvioi** ihon kuivuus/kosteus, värimuutokset, kudoksen kovettuminen, turvotus, hiertymät, rakkulat ja lämpötilaerot.
- **Arvioi mahdolliset painehaavat:** luokka ja sijainti.
- Tarkista ihon kunto vähintään kerran vuorossa (8 h) – riskipotilaan iho useammin.



3

Huolehdi ihon ja inkontinenssin hoidosta

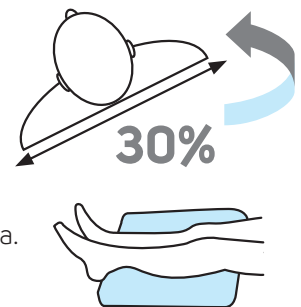
- **Pidä iho** puhtaana ja kuivana.
- **Vaihda** kosteat vuodevaatteet ja asusteet.
- **Rasvaa** kuiva iho.
- **Huomioi pidätyskyky:** tarkista vaippa 2–3 tunnin välein ja käytä ihoa suojaavia tuotteita.



4

Kevennä painetta ja mobilisoi

- **Kevennä painetta istuvalta potilaalta** vähintään kerran tunnissa, vuodepotilaalta 2–4 tunnin välein alustasta riippuen.
- **Käytä painetta keventäviä** asentoja/asentohoitoa: suosi 30° kallistettua kylkiasentoa ja huomioi erityisesti kantapäät.
- **Estä** luisten ulokkeiden suora kontakti toisiinsa.
- **Pidä sängynpäätty** potilaan voimien sallimassa alimmassa asennossa.
- **Vältä** kitkaa ja hankausta nostoissa ja siirroissa.
- **Ohjaa ja kannusta** omatoimisuuteen.



5

Arvioi vajaaravitsemuksen riski

- **Noudata** sovittua menetelmää vajaaravitsemusriskin arvioinnissa.
- **Huolehdi** ravitsemuksesta ravitsemusohjeiden mukaisesti.

6

Kirjaa

- **Kirjaa** riskiluokka, painehaavan luokka ja sijainti, ennaltaehkäisy- ja hoitosuunnitelma sekä toteutetut toimenpiteet.