

## KUIDAS RAVIDA

Lamatised nõuavad varajastest staadiumitest alates kiiret ja pidevat ravi.

Eriti tähtis on hügieen: pesemisel kasutage pesemisgeele ning kuivatage nahka õrnalt. Kuiva naha puhul kasutage niisutavaid kreeme. Voodi- ja ihupesu peab olema puhas, kuiv ja kortsudeta.

Lamavatel patsientidel peab olema mugav asend, mida tuleb muuta iga 2–3 tunni tagant. Liigutamisel kasutage abivahendeid, et vähendada hõõrdumisest tulenevat nahavigastuse riski.

Oluline roll nahahaudumuse vältimisel on õhuvannidel ja korralikul toitumisel.

### Lamatise haavandite sidumine:

- jälgige kätehügieeni nõudeid: peske käed enne ja pärast sidumist;
- ärge rebige kinnijäänud sidemeid, leotage neid naatriumkloriidi 0,9% lahusega;
- puhaste (nekroosita ja katuta) haavandite puhastamiseks kasutage naatriumkloriidi 0,9% lahust;
- põletikutunnustega haavade korral konsulteerige õe või arstiga, kes soovib haavade loputamiseks sobivat antibakteriaalset vahendit (põletiku tunnused: kuumamine, paistetus, punetus, valu lamatise ümber);
- kasutage puhtaid instrumente ja sidumisvahendeid (sidumisvahendid, mis puutuvad kokku haava pinnaga peavad võimalusel olema steriilsed);
- kasutage sidet, mis säilitab haava niiske keskkonna, ei traumeeri haava sideme vahetamisel ning on antud kehapiirkonnale sobilik;
- vahetage märgunud side koheselt.

**Hea ravi tulemuseks on terve nahk!**

## SOOVITUSED

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Kasutatud kirjandus:

1. Lippincott's Nursing Procedures (2008) Lippincott Williams & Wilkins
2. Õe käsiraamat (2006) Medicina
3. Medical-Surgical Nursing (2007) Mosby Elsevier

Koostanud:

Põhja-Eesti Regionaalhaigla  
J. Sütiste tee 19  
13419 Tallinn  
www.regionaalhaigla.ee  
Info 617 1300

Infolehe on kinnitanud SA Põhja-Eesti Regionaalhaigla õendusvaliteedi komitee 26. märtsil 2015.a.

# LAMATISED

Mis need on

Lamatiste staadiumid

Miks tekivad

Kuidas ravida



# MIS NEED ON

**Lamatised** on survest tingitud kahjustused nahas ja nahaaluses koes.

Lamatistest on enim ohustatud luised kehaosad: ristluupiirkond, kannad, tuharad, puusad, põlved, õlad, abaluud, kolju.

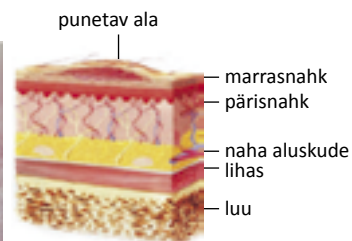
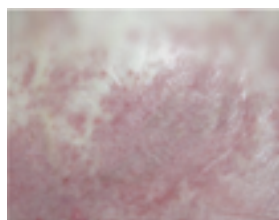
Lamatised tekivad siis, kui pideva surve tõttu nahale surutakse kinni nahka hapniku ja toitainetega varustavad veresooned, nahas tekib hapniku- ja toitainete nälgas, mis viib rakkude hukkumise ja naha haavandumiseni.

Kuna nahk talub hapniku- ja toitainetepuudust paremini kui naha all asetsevad koed, siis võib lamatis tekkida esmalt sügavamates kudedes ning alles hiljem haavandub naha pindmine kiht sügavate kraaterjate haavanditega.

**Lamatiste tunnusteks** on naha punetus survepiirkondades, tekkida võib ka turse. Kahjustuse süvenemisel tekivad naha pindmise kihi irdumine ja vesivillid. Hävineda võivad nii nahk kui ka sügavamal asetsevad koed, haavas on elutu kude ning ilmnevad põletikutunnused. Sügavate lamatiste korral otsustab arst kirurgilise ravi vajaduse.

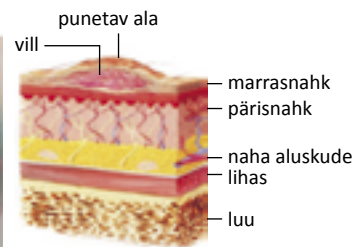
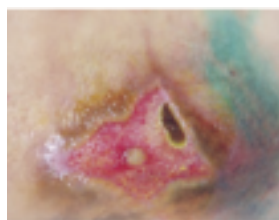
# LAMATISTE STAADIUMID

## I astme lamatis



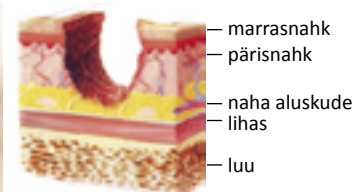
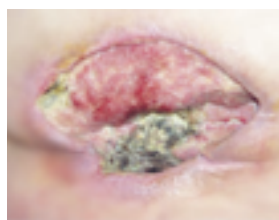
I aste - punetav ala ei kao 30 minuti jooksul pärast asendi vahetamist.

## II astme lamatis



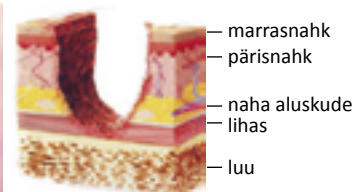
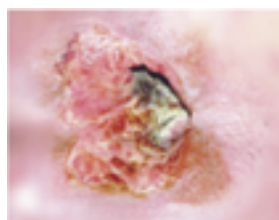
II aste - nahal on vill või pindmine haavand.

## III astme lamatis



III aste - haavand läbib nahka ja võib ulatuda nahaalusesse rasvkoesse.

## IV astme lamatis



IV aste - arenenud on sügav haavand, lihased ja luu on nähtavad, võib vajada kirurgilist sekkumist.

# MIKS TEKIVAD

**Lamatiste tekkimise olulisemad põhjused ehk riskitegurid on:**

- patsiendi pikaajaline liikumatus voodihaiguse, operatsiooni või pika protseduuri tõttu;
- halb hügieen ja liigne niiskus: higistamine, uriini- ja/ või roojapidamatus;
- naha hõõrdumine vastu aluspinda või liiga intensiivne masseerimine.

**Lisasoodumusteks on:**

- kõrge iga – vanusega naha verevarustus halveneb ja veesisaldus väheneb, seega väheneb ka elastsus, nahk on õhem ja naha aluskoesidemed katkevad kergesti;
- kaasuvad haigused: suhkruhaigus, halvatus, allergia, naha- ja südameveresoonehaigused;
- halva toitumusega haiged – alakaal vähendab nahaalust rasvkude ning nõrgestab inimese üldseisundit;
- ülekaalulised haiged – ülekaal vähendab rasvkoe vereringet;
- naistel on soodumus lamatiste tekkeks suurem kui meestel;
- raske üldseisund: teadvusetaseme langus, teadvusetus, pikaajaline lamamisrežiim või kurnav haigus;
- mõnede ravimite tarvitamine (näiteks rakkude kasvu pidurdavad vähiravimid).