17. Fyzioterapia pacientov po popáleninách

Príčiny vzniku popálenín

* Popáleniny sú spôsobované celým radom **vonkajších zdrojov**. Najčastejšie ide o vystavenie organizmu vysokej teplote (tepelné príčiny): **priamy plameň**, **horúce tekutiny** a **predmety**, **para**, **roztavené látky**.
* Ďalším, pomerne častým činiteľom, sú **chemické činidlá** (vtedy hovoríme skôr o poleptaní chemickou látkou – kyselinou alebo zásadou), **elektrický prúd**, v lete dlhodobé vystavenie sa [**slnečnému žiareniu**](http://d-vitamin.sk/)(radiácii). V čase Nového roku zas hrozia zranenia pri nesprávnej manipulácii s **pyrotechnikou**.

Stupne poškodenia a rozsah

* Popáleniny 1. stupňa

→Postihujú **iba** **povrchovú vrstvu kože** (epidermis). Prejavujú sa **sčervenaním kože**, netvoria sa však pľuzgiere. Poranenie je ale bolestivé. Popáleniny 1. stupňa sa vyliečia spontánne **v priebehu týždňa**, a **nezanechávajú jazvu**.

* Popáleniny 2. stupňa

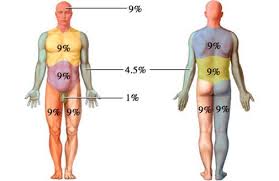
→Postihujú dermis, čiže **hlbokú vrstvu kože**. Vzhľad poranenia je premenlivý – **od začervenania** a **zápalu kože**, až po tvorbu **pľuzgierov**. Prítomná je silná bolesť. Hojenie zvykne trvať až **mesiac**.

* Popáleniny 3. a 4. stupňa

→Najťažšie typy popálenín, pre ktoré je charakteristické **zničenie kože v celej hrúbke**. Dochádza k tvorbe **suchého príškvaru**. Žily v popálenej oblasti sú postihnuté **trombózou** (krvnými zrazeninami), koža má **žltobielu** až **hnedočiernu farbu** (v závislosti od rozsahu zranenia).

→Nekrotické (mŕtve) tkanivo kože, typické svojou uhoľnato-čiernou farbou, **stráca na citlivosti** – v dôsledku zničenia nervových zakončení. Samozrejme, popáleniny 3. a 4. stupňa bolia, a to aj v okolí. Hojenie vždy zanecháva **nepravidelnú** a [**neestetickú jazvu**](https://www.slovenskypacient.sk/kazdy-clovek-ma-na-tele-nejaku-jazvu/).

* Plochu môžeme odhadnúť podľa tzv. **deviatkového pravidla** (viď obr.) U detí deviatkové pravidlo príliš neplatí, preto využívame inú pomôcku – **plocha dlane postihnutého je 1 % telesného povrchu**. Jednotlivým sčítaním pomyselných dlaní dedukujeme závažnosť popálenia.



* V prípade popálenín **2. a 3. stupňa, je** **10 % postihnutie kože hodnotené ako závažné**. Viac, než 15 % popálenín u dospelých a 10 % u detí vedie k rozvoji**šoku**. (2) To znamená, že ak máte popálenú hornú končatinu (nie ruku) a súčasne dolnú končatinu, máte dezintegrovaných **27 % povrchu tela** (9 % + 2 x 9%), čo už je **život ohrozujúci stav**.
* Horšie sú **rozsiahle povrchové popáleniny**, než hlboká popálenina, ktorá postihuje malú oblasť tela. Zvlášť chúlostivé sú: **tvár**, [**genitálie**](https://www.slovenskypacient.sk/o-obriezke-s-predkozkou-ci-bez/), **ruky**, **chodidlá**a **miesta kožných záhybov** (3).

Význam polohovania

* Polohovanie je veľmi **dôležité** pri popálených pacientov. Správnym uložením pacienta **zabránime vzniku** svalových kontraktúr, dekubitov a omedzenému pohybu v kĺboch.

Možnosti priaznivého ovplyvnenia jaziev

* **Jazvy** po popáleninách vznikajú skôr po popáleninách vyšších stupňov. Popáleniny patria k veľmi vážnym a nebezpečným úrazom, ktoré môžu spôsobiť rozsiahle poškodenie organizmu až jeho zlyhanie. Dôležité je preto nielen včasné lekárske ošetrenie čerstvých popálenín, ale aj dlhodobé sledovanie pacientov a tiež nepodceňovať starostlivosť o jazvy po popáleninách. Mnoho najrôznejších komplikácií totiž môže aj v čase, keď je najväčšie nebezpečenstvo zažehnané, pacientom veľmi znepríjemniť život.
* Keď sa koža zacelí a vznikne jazva po popálenine, lieči sa rovnakými spôsobmi, ako jazvy ostatné. **Dôležitá** je jemná masáž, kedy masírujeme pacienta v okolí jazvy. Okrem jemnej masáže sú dostupné silikónové obväzy či elastická bielizeň. To všetko aby sme **minimalizovali veľkosť jazvy.**

Vhodná fyzioterapia vo včasnom období a v období rekonvalescencie

**→ Od prvého dňa v nemocnici v období popáleninového šoku sa snažíme pacientovi čo najviac pomôcť.**

* svalových a šľachových kontraktúr - **polohovanie**
* problém z dýchacím ústrojenstvom **– dýchacia gymnastika**
* obmedzenie kĺbových rozsahov – **pasívne pohyby, mobiliácia kĺbov**
* zhoršenie psychického stavju pacienta, vznik depresii, pocit samoty – **psychická podpora a motivácia pacienta**

Komunikácia

* cieľom komunikácie s ťažko popáleným pacientom ktorý prekonal traumatický zážitok je - dodať mu sebavedomie, vytvoriť rovnoprávny vzťah z okolím
* nesmie dôjsť k vypestovaniu závislosti na fyzioterapeutovi a strachu z vlastného rozhodovania
* podpora pacienta...