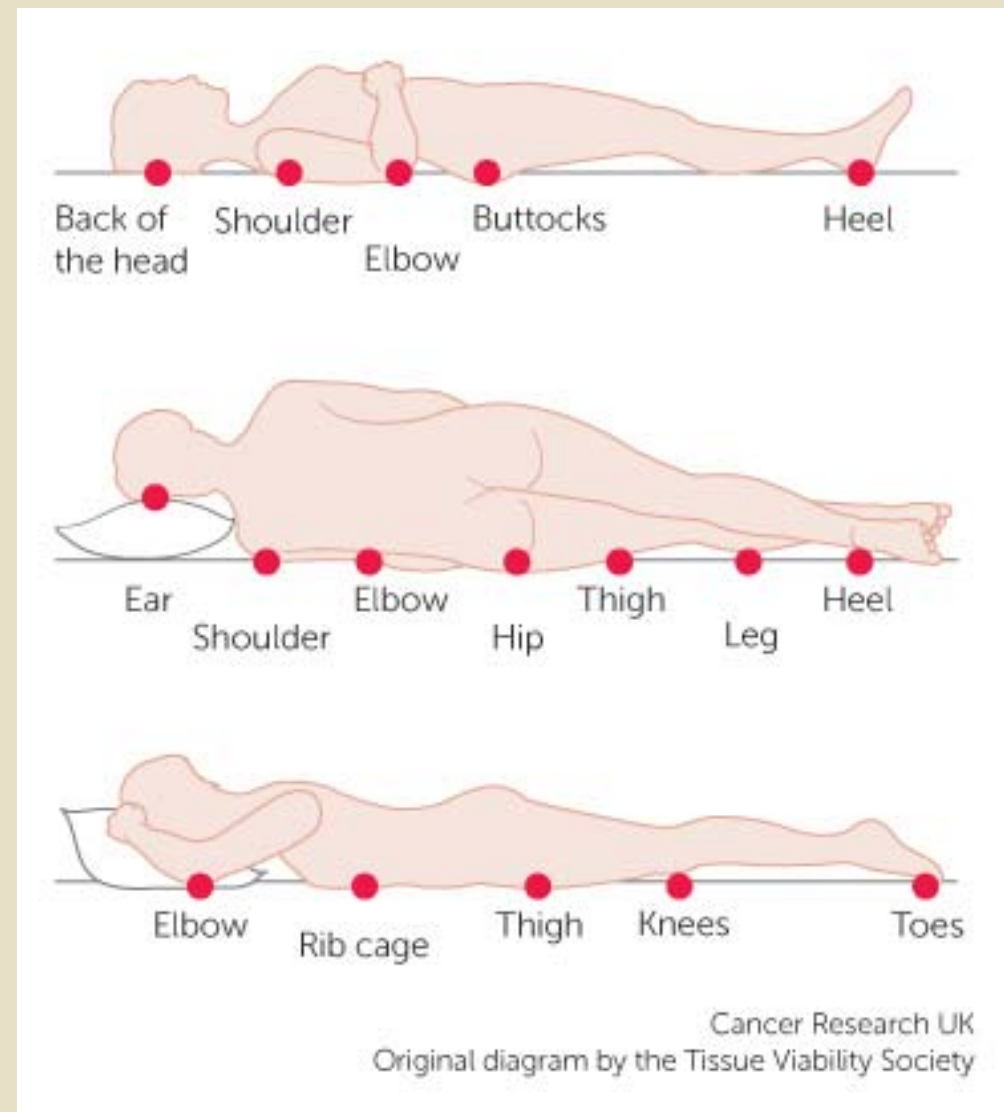


# LAMATISED



Inkotuba MTÜ/ Iris Toots  
18.11.2016



**Lamatised** on pikaajalisest survest tingitud kahjustused nahas ja nahaaluses koes. Pideva surve tõttu tekib nahas hapniku ja toiteainete puudus, mis viin naharakkude hukkumise ja naha haavandumiseni (PERH 2015).

Lamatistest on enim ohustatud luised kehaosad:  
ristluupiirkond, kannad, tuharad, puusad, põlved, õlad, abaluud, küünarnukid, kukal. (TÜK, Kristel Kartau 2016)

# LAMATISTE STAADIUMID:

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

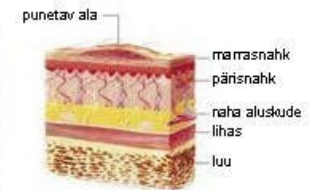
II aste - nahal on vill või pindmine haavand.

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

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

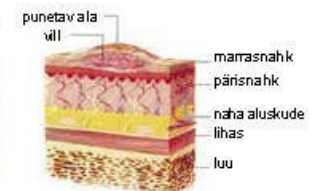
## LAMATISTE STAADIUMID:

### I astme lamatis



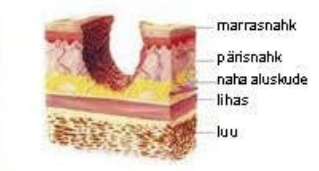
I aste - punetav ala ei kao 30 minuti jooksul pärast asendi vahetamist.

### II astme lamatis



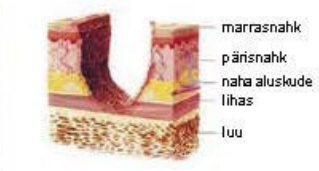
II aste - nahal on vill või pindmine haavand.

### III astme lamatis



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

### IV astme lamatis



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



# LAMATISTE RISKITEGURID?

- 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 õhukesem ja naha aluskoosidemed katkevad kergesti;
- kaasuvad haigused: suhkruhaigus, halvatus, allergia, naha- ja südameveresoonekonna haigused;
- halva toitumusega haiged – alakaal vähendab nahaalust rasvkude ning nõrgestab inimese üldseisundit;
- ülekaalulised haiged – ülekaal vähendab rasvkoe vereringet;
- mõnede ravimite tarvitamine (näiteks rakkude kasvu pidurdavad vähiravimid).

# KUIDAS LAMATISI RAVIDA?

- Lamatised nõuavad varajastest staadiumitest alates kiiret ja pidevat ravi.
- Eriti tähtis on patsiendi hügieen: voodi ja ihupesu peab olema puhas, kuiv ja kortsudeta. Pesemisel kasutage pesemisgeele ning nahka tuleb kuivatada õrnalt. Kuiva naha puhul kasutage niisutavaid kreeme.
- 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 vältimiseks on õhuvannidel ja toitumisel.

# LAMATISTE TOOTED INKOTUBADES

Inkotoa kontinentsusnõustajate soovitusel

