



DO CENTRA HOJENÍ RAN

Kvalitní péče o nehojící se ránu vyžaduje specializovanou péči zdravotnických pracovníků různých odborností (multioborová péče) a může se jednat o poměrně složitý proces. Abychom vám proces péče a cestu k ní usnadnili a pomohli co nejdříve nalézt vhodnou odbornou pomoc, připravili jsme edukační materiál zpracovaný do jednoduchých navazujících kroků.

Je edukační materiál určený pro mě?

Předkládaný edukační materiál je určen pro pacienty (či jejich blízké/pečující), kteří mají nehojící se ránu tzn. poškození kdekoli na těle, které se nehojí déle než 2–3 týdny. Nejčastěji se může jednat o rány související s níže uvedenými stavy:

- Léčíte se s **cukrovkou** (diabetem mellitem) a máte ránu na chodidle
- Trpěl/a jste v minulosti **bércovými vředy**, máte otoky a barevné změny na bérkách a bérkové vředy měl někdo v rodině
- Utrpěl/a jste **popáleninu vyššího stupně** a léčíte se s komplikacemi jejího hojení
- Podstupujete **onkologickou léčbu**
- Jste dlouhodobě upoután/a na lůžko či vozík a **trpíte proleženinou** (dekubitem)
- Léčíte se s **chronickou nemocí** spojenou se vznikem ran na kůži či sliznicích

K čemu mi tento edukační materiál má pomoci?

Edukační materiál by vám měl pomoci s tím, jak využít služeb specializované ambulance pro pacienty s ránou, tedy jak se dostat do Centra hojení ran.

1. Návštěva praktického lékaře

PRVNÍ KROK: Pokud máte ránu, která se nehojí nebo se zhoršuje, navštivte svého praktického lékaře a podrobně popište své potíže.

VYŠETŘENÍ: Praktický lékař zhodnotí váš celkový zdravotní stav a rovněž ránu – trvejte na tom, aby ránu viděl.

2. Doporučení do Centra hojení ran

DOPORUČENÍ: Pokud praktický lékař usoudí, že vaše rána vyžaduje specializovanou péči, vystaví doporučení (žádanku) k vyšetření do Centra hojení ran.

TERMÍN NÁVŠTĚVY: Praktický lékař vám pomůže domluvit první návštěvu v Centru hojení ran nebo vám poskytne kontaktní údaje, abyste si termín mohli domluvit sami.

3. Příprava na návštěvu Centra hojení ran

PŘIPRAVTE SI ODPOVĚDI NA OTÁZKY: Jak rána vznikla? Jak dlouho máte ránu? Čím jste ránu dosud ošetřovali a převazovali? Kdo vám pomáhal s péčí? Jaké vás trápí nemoci? Jaké léky na předpis pravidelně užíváte? Jaké léky si kupujete? Jste na něco alergický (zejména na léky či převazový materiál)? Prodělal jste nějaké operační výkony v místě nehojící se rány nebo postižené končetiny?

PŘIPRAVTE SI OTÁZKY: Přemýšlejte o otázkách, které byste chtěli položit specialistovi v Centru hojení ran (ohledně léčby, délky hojení nebo možnosti využití odborné péče v domácnosti s pomocí sester z agentur domácí zdravotní péče).

DOKUMENTACE: Připravte si potřebné lékařské dokumenty a výsledky předchozích vyšetření, které máte k dispozici od svého praktického lékaře či jiných specialistů, u nichž se léčíte.

DOPROVOD: Pokud je to možné, vezměte s sebou někoho blízkého, kdo vám může pomoci s komunikací, péčí v domácnosti a bude vaší psychickou oporou v průběhu léčby.

4. První návštěva v Centru hojení ran

VYŠETŘENÍ: Specialista v Centru hojení ran provede zhodnocení celkového zdravotního stavu a vyšetření vaší rány.

LÉČEBNÝ PLÁN: Na základě vyšetření vám bude navržen individuální léčebný plán.

POKYNY: Obdržíte podrobné pokyny, jak pečovat o ránu doma a termíny dalších kontrolních návštěv včetně kontaktů v případě potřeby například telefonické konzultace.

5. Následná péče a kontrola

PRAVIDELNÉ KONTROLY: Péče o nehojící se ránu je dlouhodobá, a proto je předpokladem úspěchu, že budete pravidelně docházet do Centra hojení ran na kontroly, aby specialista mohl sledovat postup hojení. V případě, že se ze závažného důvodu nemůžete dostavit k plánované kontrole, uveďte včas personál Centra hojení ran a požádejte o náhradní termín. Předepisování materiálů k převazům je administrativně náročné a může nastat situace, že před vystavením poukazu budete muset čekat na souhlasné stanovisko revizního lékaře vaší zdravotní pojišťovny.

SPOLUPRÁCE: Je důležité dodržovat všechny pokyny specialistů a komunikovat jakékoli změny s týmem v Centru hojení ran. Lékařskou zprávu z Centra hojení ran předejte lékaři, který vám vystavil doporučení (žádanku) do specializované ambulance.

PODPORA: V případě potřeby můžete využít podpůrné skupiny, patientské organizace či konzultace s psychologem, aby vám pomohli zvládat emocionální a fyzické výzvy spojené s dlouhodobým hojením ran. Patientská organizace zprostředkovává kontakty pacientů tak, aby sdíleli své zkušenosti a vzájemně se podporovali.



ZAHOJÍME

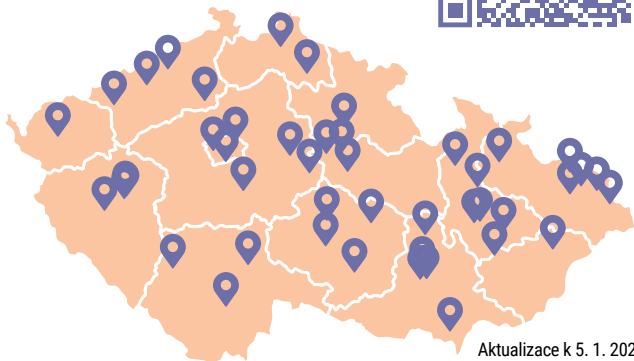
www.zahojime.cz

Správná cesta do Centra hojení ran začíná u vašeho praktického lékaře. Spolupráce mezi vámi, vaším lékařem a specialisty v Centru hojení ran je klíčem k úspěšnému hojení. Nezapomeňte se aktivně zapojit do svého léčebného procesu, dodržovat navržená režimová opatření a komunikovat své potřeby, požadavky ale i případné obavy. Uvažujte také o možnostech zlepšení celkového životního stylu, je-li to možné, např. odvykání kouření a zvýšení pohybových aktivit.

Péče ve specializované ambulanci je hrazena z veřejného zdravotního pojištění. V případě, že by bylo vhodné a možné využít nadstandardní (hrazené služby), byli byste na tuto možnost upozorněni.

Kde najdu Centra hojení ran?

www.zahojime.cz/odbornici/organizace-pecce-o-nehojici-se-rany



Aktualizace k 5. 1. 2025

Hlavní autorky: PhDr. Adéla Holubová, Ph.D., MBA; prof. PhDr. Andrea Pokorná, Ph.D.

Spoluautoři: MUDr. Jan Stryja, Ph.D.; prof. MUDr. Samuel Vokurka, Ph.D.

V rámci přípravy informačního letáku byli zapojeni příjemci péče (pacienti/laičtí pečující).

Datum vydání: leden 2025, 1. vydání, Sezimovo Ústí

Grafika: Ing. Jana Vaňková

Gramatická korektura: Mgr. Jana Francová