

פצעים מהווים את אחת הבעיות הקשות והסבוכות בטיפול בחולים. פצעים גורמים לסבל וכאב לחולה, מעכבים את הבראתו ושיקומו, ובמקרים רבים אף גורמים להחמרה במצבו הבריאותי. ידע על מנגנון התפתחות הפצע, תנאים מסייעים, קבוצות סיכון וטיפולים שונים, חיוני למטפלים ולשיפור איכות הטיפול.

פצע לחץ הוא איזור של נזק רקמתי בעור או בתת-עור, בשומן או ברקמת שריר הנוצר כאשר רקמה רכה נלחצת בליטה גרמית (עצם) לבין משטח חיצוני קשיח לבין תקופת זמן ממושכת. פצע לחץ מהווה מכשול בתהליך הבראת החולה ובשיקומו, ולהביא לדרדור מצבו הכללי ולעיתים אף לגרום למותו. פצעי לחץ יכולים להיווצר בכל גיל כאשר האדם מרותק לכסא גלגלים או מרותק למיטה, אך ברוב המקרים בהם נוצרים פצעי לחץ הם נוצרים אצל אנשים מבוגרים.

פצעי לחץ בד"כ נוצרים באזורים אשר מתחת לאגן הירכיים אך הם יכולים להיווצר בכל מקום על הגוף. הם נוטים להיווצר באזורים בהם העצמות בולטות כאשר קיים לחץ רב, בעיקר בגב התחתון, בעקבים, במרפקים, ובאגן הירכיים. כשנוצר לחץ זה יכול להיגרם מאחד מהדברים הבאים: כסא גלגלים, גבס, טחול, או כל דבר הגורם ללחץ על העור. פצעי לחץ גורמים לכאבים.

הגורמים להיווצרותם של פצעי לחץ

לעור (האיבר הגדול ביותר בגוף האדם) יש אספקת דם עשירה שמטרתה לספק חמצן ומזון לתאי העור. אם אספקה זו תיפסק בדרך זו או אחרת לפרק זמן שבין 2-3 שעות, תאי העור ימותו, כאשר תאי האפידרמיס ימותו ראשונים. כתוצאה מכך העור נסדק ונוצר פצע פתוח או [כיב](#). ברגע שהעור כבר סדוק, קיימת אפשרות לחדירת בקטריות לפצע והיווצרות זיהום.

כמו כן, פצעי לחץ יכולים להיווצר ע"י חיכוך אשר שוחק את השכבות העליונות של העור ובסופו של דבר יוצר פצע לחץ.

הגורמים להגדלת הסיכוי להיווצרות פצעי לחץ:

- חשיפה ממושכת ללחות הנגרמת כתוצאה מהפרשות הגוף (שתן וצואה), מחלישה ופוגעת בשטח העור ומגדילה את הסיכויים להיווצרות פצעי לחץ.

- תזונה לקוייה גם כן מגבירה את הסיכון להתפתחות פצעי לחץ ומאיטה את תהליך ההגלדה של הפצעים אשר מתפתחים. אנשים שנמצאים בתת-תזונה, בנוסף לכך שמערכת החיסונית שלהם חלשה, אין באמתחתם שכבת שומן מספקת שיכולה לרפד את העור ולהגן על כלי הדם מסתימה כתוצאה מלחץ, ובכך אספקת הדם נפסקת, ונוצר פצע לחץ.
- מחסור בויטמינים ומינרלים: מחסור בויטמין A גורם להתייבשות והתקרנות של רקמות האפיתל כמו השכבה החיצונית של העור, וכתוצאה מכך נחשפת שכבת האפידרמיס לאוויר הפתוח. מחסור באבץ יכול לגרום לשינויים בעור והאטת ריפוי פצעים כתוצאה מהיחלשות המערכת החיסונית. מחסור בויטמין C גם כן מחליש את מערכת החיסון ומאט את קצב ריפוי הפצעים.

תסמינים – פצעי לחץ

למרובית האנשים [פצע](#) לחץ גורמים לכאב ממושך ולגירוי. אולם, אנשים בעלי קהות חושים (כמו חולי סכרת), אינם מרגישים כאב הנגרם בפצעי לחץ, אפילו כאשר מדובר בפצעים מדרגה 4.

זיהום מאט את הגלדתם של פצעי לחץ שטחיים ויכול להוות סכנת חיים כאשר מדובר בפצעי לחץ עמוקים. כאשר הזיהום חודר אל העצמות, הטיפול כבר לא מתמקד בפצע, אלא בזיהום הקשה. במקרה הטוב הטיפול עלול לקחת שבועות, במקרה הרע, הזיהום חודר אל זרם הדם והחולה נמצא במצב של סכנת חיים גדולה מאוד.

טיפול בפצעי לחץ

מניעה היא דרך הטובה ביותר להתמודד עם פצעי לחץ.

קיימים מספר עקרונות למניעת פצעי לחץ, אשר ניתנים ליישום במסגרת הבית:

שינוי תנוחה כל שעתיים גם בשכיבה וגם בישיבה אמצעי מניעה סטטיים ודינאמיים: מזרנים וכריות תמיכה שכיבה במיטה בזווית לא יותר מ-30 מעלות, הושבה על משטח קשיח מרופד ומותאם: כריות הושבה,

רגליות, התאמת כיסא גלגלים/ כיסא הושבה, שמירה על תקינות הנעליים, ציוד נלווה וכד'. בדיקה עצמית יום יומית ע"י ראייה במקומות בגוף אשר מהווים סיכון (אגן ירכיים, עקבים, מרפקים וברכיים). שמירה על הגיינה אישית תוך מתן דגש לשלמות העור וניקיונו. התאמה אישית של אמצעי מניעת רטיבות כפתרון יעיל לחוסר שליטה על הסוגרים: קטטר/ צנתר/ פנרוז/ ספגן גזרתי/ מכנסון/ טיטול/ סדניה/ רביעיה/ בקבוק/ סיר ועוד. יש פתרונות זמינים ויעילים – כאשר הכלל הבסיסי הוא התאמה אישית שימוש בתכשירי הגנה/ שימון של העור