

Painehaavojen hoitoa sisältä käsin



NUTRICIA
Cubitan

Painehaavat – hoitoa sekä sisäisesti että ulkoisesti

Lääkärisi, hoitajasi tai ravitsemusterapeutti on määrännyt Sinulle Cubitania, koska Sinulla on painehaava.

Cubitan on täydennysravintovalmiste, jossa on haavan paranemiseen tärkeitä ravintoaineita. Hyvä ravitsemustila on tärkeä edellytys haavan paranemiselle.

Sairastumisen takia, ikääntymisen myötä tai kiireisen elämänrytmin vuoksi ravinnonsaanti saattaa jäädä liian vähäiseksi tai yksipuoliseksi. Syynä voivat olla esimerkiksi huono ruokahalu, pahoinvointi tai puremis- ja nielemisvaikeudet.

Liian vähäisen ravinnonsaannin seurauksena on laihtumista, väsymystä, lihasten heikkoutta sekä entisestään huonontunut ruokahalu, mikä voi johtaa vajaaravitsemukseen.

Vajaaravitsemuksella on puolestaan monia elämänlaatua huonontavia seurauksia. Se mm. heikentää vastustuskykyä sairauksille ja pitkittää niistä toipumista, lisää taipumusta kaatuiluun ja hidastaa haavojen paranemista.

On tärkeää hoitaa painehaavat ajoissa oikealla tavalla, sillä painehaavan seuraukset voivat olla hyvinkin epämiellyttäviä. Haava voi tulehtua ja aiheuttaa mm. kuumetta ja kipua. Tulehtunut haava ei parane helposti.



Painehaavan ennaltaehkäisy

Painehaavat kehittyvät tiettyyn paikkaan kohdistuvasta liiallisesta paineesta, esim. jos joudut pitkän aikaa makaamaan sängyssä samassa asennossa tai istumaan tuolissa tai pyörätuolissa, Sinulle saattaa kehittyä painehaava tai Sinulla voi jo olla yksi tai useampia painehaavoja.

Jatkuva paine voi heikentää ihon verenkiertoa. Joskus verenkierto alentuu niin, että ravintoaineita ja happea ei ole riittävästi suojaamassa ihoa painehaavoja vastaan.

Painehaavat kehittyvät usein niihin paikkoihin, joissa luut ovat koholla, kuten ristiselän alue, kyynärpäät ja kantapäät. Painehaavan ensimmäinen merkki on ihon punoitus. Ellei punoittavalta alueelta poisteta siihen kohdistuvaa kuormitusta ja painetta, seurauksena on ihorikko ja lopulta avoin haava.

Voit myös itse ehkäistä painehaavojen syntymistä tai lieventää jo kehittyneen painehaavan aiheuttamia oireita.

Hoidetaan syitä...

Muuta säännöllisesti asentoa, jos joudut makaamaan sängyssä tai istumaan tuolissa yhtäjaksoisesti pitkiä aikoja. Ellet pysty siihen itse, pyydä jotakuta auttamaan.

Sängyssä ollessasi käänny usein kyljeltä selällesi ja päinvastoin. Tuolissa istuessasi yritä nousta seisomaan tai muuta aika ajoin asentoa. Näin paine jakaantuu iholla ja verenkierto paranee. Voit myös tarvita erityisesti paineen keventämiseen tarkoitettua tyynyä tai patjaa.

... ja seurauksia!

Painehaavan hoito

Asiantunteva ihon- ja haavanhoito on ehdoton edellytys, että haava paranee.

Ravitsemuksesta huolehtiminen painehaavan hoidossa on aivan yhtä tärkeää. Ellet syö riittävästi tavallista ruokaa, elimistösi jää kaipaamaan terveydelle välttämättömiä ravintoaineita ja fyysinen kuntosi laskee - ihon kunto mukaan lukien.

Koska Sinulla on painehaava, on erittäin tärkeitä kiinnittää huomiota ravinnonsaantiin yleiskunnon parantamiseksi. Lääkärisi, yhdessä sairaanhoitajan ja ravitsemusterapeutin kanssa, pitää huolta haavasi paranemisesta.



**Painehaavat.
Hoito vaatii paineen
lievittämistä, haavanhoitoa
ja hyvää ravitsemustilaa.**

Tutkimusten mukaan painehaavoista kärsivillä henkilöillä on usein joidenkin välttämättömien ravintoaineiden puutteita. Tavallista ruokaa syömällä ei aina saa riittävästi juuri näitä ravintoaineita.

Siksi Nutricia on kehittänyt Cubitan-nimisen täydennysravintovalmisteen, jolla voidaan täydentää ruokavaliota.

Cubitania juodaan tavallisten aterioiden lisäksi välipalana, jolloin siitä saadaan kaikki tarvittavat välttämättömät ravintoaineet edistämään painehaavojen paranemista.

Cubitan – painehaavan hoitoon

Cubitan on painehaavojen hoitoon kehitetty täydennysravintovalmiste, jossa on runsaasti energiaa, proteiinia ja muita haavan paranemiselle välttämättömiä ravintoaineita.

Cubitanin ravintoaineet edistävät haavan paranemista: saat runsaasti energiaa, proteiinia, antioksidantteja sekä vitamiineja ja kivennäisaineita.

Cubitanissa on energiaa 250 kcal/pullo ja proteiinia 20 g/pullo.

Välttämättömät ravintoaineet painehaavojen hoidossa

Ravintoaineet, jotka edistävät haavan paranemista

Energia	- hiilihydraatit ja rasvat
Proteiini	- korvaa menetettyjä proteiineja ja turvaa lisääntyneen proteiinin tarpeen - muodostaa uusia kudoksia - parantaa immuunivastetta
Arginiini	- korjaa kudoksia
Vitamiinit ja kivennäisaineet	- korjaavat kudoksia - parantavat immuunivastetta

Ravintoaineet, jotka säätelevät tulehduksiin liittyviä tapahtumia

Arginiini	- lisää verenkiertoa, parantaa verenvirtausta haavan alueelle ja sieltä pois
Antioksidantit	- vähentävät vapaiden radikaalien liiallista tuotantoa



Cubitanin annostus

On tärkeää, että juot lääkärin, sairaanhoitajan tai ravitsemusterapeutin Sinulle määräämän annoksen Cubitania.

Jos juot vähemmän, elimistösi ei saa riittävästi energiaa ja ravintoaineita haavan paranemiseksi parhaimmalla mahdollisella tavalla.

Seuraavassa taulukossa on painehaavan asteen mukainen suositeltava annostus:

Painehaavan luokitus	Cubitanin annostus/päivä
I ASTE	
II tai III ASTE	
IV ASTE	

Cubitanissa on kolme pehmeää makuvaihtoehtoa: kaakao, mansikka ja vanilja

Cubitan on pakattu 200 ml:n pulloon, jossa on mukana pilli.

Cubitanin käyttö

Cubitan maistuu parhaimmalta suoraan jääkaapista otettuna, mutta kaakaonmakuista Cubitania voi nauttia myös lämmitettynä juomana ja esimerkiksi kermavaahdon kera.

Voit juoda Cubitanin pullosta pillillä tai mukiin/lasiin kaadettuna. Joukkoon voi lisätä jääpaloja pitämään juoma kauemmin kylmänä.

Cubitanin voi myös sakeuttaa Nuttilisella. Vaniljanmakuinen Cubitan vanukasmaisena esim. marjojen, hedelmien tai soseiden/kiisseleiden kanssa tuo mukavaa vaihtelua. Sakeutettu Cubitan kaakao puolestaan sopii hyvin esim. kastikkeeksi jäätelön kanssa.

Halutessasi lisätietoa tai vastauksia painehaavoja ja Cubitania koskeviin kysymyksiin, ota yhteyttä toimistoomme tai kysy apteekistasi. Toimistomme yhteystiedot ovat oppaan takana.

Cubitania saat apteekistasi.



Nutricia on tunnettu ja tunnustettu kliinisten täydennysravintovalmisteiden valmistaja. Nutricialla on vuosien kokemus sairaalaravitsemuksesta ja se työskentelee jatkuvasti uusien menetelmien ja tuotteiden parissa.

Jos haluat lisätietoa täydennysravintovalmisteistamme tai letkuravitsemuksesta, ota yhteyttä toimistoomme.

Copyright© Nutricia Medical Oy

Nutricia Medical Oy
Linnankatu 26 A, 20100 Turku
Puh. (02) 274 4111, faksi (02) 274 4100
www.nutricia.fi info@nutricia.fi
www.vajaaravitsemus.fi

