

# Úlceres vasculares.

## Consells per als pacients

### Què són les úlceres vasculares?

Són lesions a la pell que tarden a curar-se produïdes per la mala circulació.

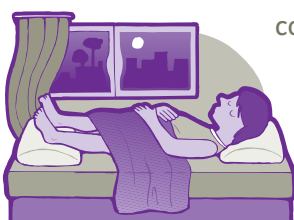
Poden fer mal, picar o no produir cap molèstia. Quan s'infecten poden ocasionar febre, dolor i malestar general.

Les pot patir qualsevol persona que tingui problemes de circulació, però especialment les persones hipertenses, diabètiques, fumadores o les persones grans.



### Com es pot evitar que apareguin?

- Controlant la diabetis, la hipertensió, el tabac, el sobrepès...
- Tenint cura de la pell de les cames i dels peus amb rentats diaris i l'aplicació de cremes hidratants.
- Evitant robes o lligacames que comprimeixin les cames, així com sabates massa ajustades.
- Ajaiant-se (per evitar flexionar el maluc) amb les cames una mica aixecades, sense creuar-les, durant els períodes de descans, i no passant gaire estona dret, sense caminar.
- Consultant el personal mèdic o d'infermeria de seguida que aparegui alguna ferida a les cames o als peus.



### Com es tracten?

Fent servir apòsits i productes que afavoreixin que la pell es pugui regenerar.

Cal:

- Fer les cures en un lloc net i ben il·luminat.
- Rentar-se les mans abans i després de les cures.
- Rentar la ferida sense fregar-la. Eixugar-ne només la pell del voltant.
- Evitar d'utilitzar cap substància o embenat que no estigui indicat per professionals sanitaris.
- Col·locar l'apòsit prescrit i canviar-lo amb la freqüència establerta.



### Síntomes que cal consultar amb el personal mèdic o d'infermeria

- Quan la pell del voltant de la ferida està vermella, calenta, fa mal i fa més mala olor o produeix més secreció del que és habitual.
- Quan es té febre o malestar general sense motiu.
- Quan l'úlcera no millora.



### Cal recordar sempre

- El tractament d'una úlcera és llarg. Una evolució lenta no implica un tractament erroni.
- Un bon control de les malalties de base afavoreix la curació de l'úlcera i evita l'aparició d'altres úlceres.
- Cal seguir les indicacions del personal mèdic o d'infermeria, consultar-los qualsevol dubte i comunicar-los de seguida l'aparició de problemes.



# Úlceras vasculares.

## Consejos para los pacientes

### ¿Qué son las úlceras vasculares?

Son lesiones en la piel que tardan en curarse producidas por la mala circulación en las piernas. Pueden doler, picar o no producir ninguna molestia. Cuando se infectan pueden ocasionar fiebre, dolor y malestar general.

Puede padecerlas cualquier persona que tenga problemas de circulación, pero especialmente las personas hipertensas, diabéticas, fumadoras o las personas mayores.



### ¿Cómo se puede evitar que aparezcan?

- Controlando la diabetes, la hipertensión, el tabaco, el sobrepeso...
- Cuidando la piel de las piernas y de los pies con lavados diarios y la aplicación de cremas hidratantes.
- Evitando ropas o ligas que compriman las piernas, así como zapatos demasiado ajustados.



- Tumbándose (para evitar flexionar la cadera) con las piernas un poco levantadas, sin cruzarlas, durante los periodos de descanso, y no estando demasiado rato de pie, sin caminar.
- Consultando con el personal médico o de enfermería, tan pronto como aparezca alguna herida en las piernas o en los pies.

### ¿Cómo se tratan?

Utilizando apósitos y productos que favorezcan que la piel se pueda regenerar.

#### Es necesario:



- Realizar las curas en un lugar limpio y bien iluminado.
- Lavarse la manos antes y después de las curas.
- Lavar la herida sin frotarla. Secar solamente la piel de alrededor.
- Evitar el uso de cualquier sustancia o venda que no esté indicado por profesionales sanitarios.
- Colocar el apósito prescrito y cambiarlo con la frecuencia establecida.

### Síntomas que es necesario consultar con el personal médico o de enfermería:

- Cuando la piel de alrededor de la herida está enrojecida, caliente, duele, huele mal o produce más secreción de la habitual.
- Cuando se tiene fiebre o malestar general sin motivo.
- Cuando la úlcera no mejora.



### Es necesario recordar siempre:



- El tratamiento de una úlcera es largo. Una evolución lenta no implica un tratamiento erróneo.
- Un control adecuado de las enfermedades de base favorece la curación de la úlcera y evita la aparición de otras úlceras.
- Es necesario seguir las indicaciones del personal médico y de enfermería, consultarles cualquier duda y comunicarles la aparición de problemas.