

Kje lahko pridobite več informacij?

Za podrobnejše informacije se lahko obrnete na svojega zdravnika, medicinsko sestro in druge zdravstvene delavce, ki vas oskrbujejo.

Več informacij lahko najdete tudi na:

www.paliativnaoskrba.si

Tam so zbrani tudi slikovni prikazi vaj za bolnike.



Celotna zbirka zgibank projekta METULJ vsebuje nasvete o:

OBRAVNAVI TELESNIH SIMPTOMOV

- 1.1. BOLEČINA
- 1.2. BALONSKA SAMOKRČLJIVA ČRPALKA
- 1.3. TEŽKO DIHANJE (*dispneja*)
- 1.4. SLABOST IN BRUHANJE
- 1.5. NEMIR IN DELIRIJ
- 1.6. UTRUJENOST
- 1.7. IZGUBA APETITA
- 1.8. ZAPRTJE
- 1.9. TELESNA AKTIVNOST
- 1.10. KRVAVITEV

NEGI BOLNIKA

- 2.1. SKRB ZA OSEBNO HIGIENO IN UREJENOST
- 2.2. PREPREČEVANJE RAZJED ZARADI PRITISKA (*preležanin*)
- 2.3. NEGA OTEKLIN (*limfedem*)
- 2.4. SUHOST UST

PSIHOLOŠKI IN DUHOVNI PODPORI

- 3.1. OTROK OB HUDO BOLNEM
- 3.2. MLADOSTNIK OB HUDO BOLNEM
- 3.3. PODPORA SVOJCEM V PALIATIVNI OSKRBI
- 3.4. KAKO SE POGOVARJATI S HUDO BOLNIM?
- 3.5. DUHOVNA PODPORA

SOCIALNI PODPORI

- 4.1. POMOČ NA DOMU
- 4.2. KAM, KO OSKRBA DOMA NE BO VEČ MOGOČA?

ZADNJEM OBDOBJU ŽIVLJENJA

- 5.1. ZADNJI DNEVI ŽIVLJENJA



Založnika:

Slovensko združenje paliativne medicine SZD, www.szpm.si
Onkološki inštitut Ljubljana, www.onko-i.si

Avtorici: *Darja Plank, Albina Rezar Planko*
Urednica: *Maja Ebert Moltara*

Lektoriranje: *Amela Duratović Konjević*
Ilustracije: *Brina Ivanetič*

Oblikovanje / fotografija na naslovnici: *Petra Turk*
Tisk: *Collegium Graphicum d.o.o.*

Prva izdaja
Naklada: 5.000 izvodov
Leto: 2015

Paliativna oskrba



KRVAVITEV

Nasveti za bolnike in njihove bližnje



Krvavitev pomeni iztekanje krvi iz žil v njihovo okolico. Bolnik lahko krvavi navzven, lahko pa tudi v notranjost telesa.

Krvavitve se pojavijo pri 6–14 % bolnikov z napredovalo rakavo boleznijo.

1 Kakšne so lahko krvavitve?



Krvavitvam, ki se pojavijo nenadoma, pravimo akutne. Tiste, ki so bolj prikrite in dolgotrajnejše, imenujemo kronične.

Večinoma se krvavitve pojavljajo v blagi obliki, vendar lahko kljub temu zmanjšujejo kakovost bolnikovega življenja. Do močnejših krvavitvev prihaja redkeje. Če so prisotne motnje v strjevanju krvi, so lahko tudi dolgotrajnejše. Takšen dogodek za bolnika in svojce vedno pomeni stres.

Krvavitve so lahko pričakovane ali nepričakovane. Pri bolnikih, pri katerih tumor vrašča v okolico žil, je večja verjetnost za večjo krvavitvev.

2 Kakšni so vzroki krvavitvev?

Izvor krvavitve je običajno povezan z mestom rasti tumorja in /ali metastaz. Možnih vzrokov je lahko več in se med seboj prepletajo:

- vraščanje tumorja ali metastaz v žile in posledično poškodba žil,
- patološko žilje tumorja,
- spremembe krvne slike zaradi napredovale rakave bolezni (*znižano število trombocitov (krvnih ploščic) in drugih beljakovin, pomembnih za strjevanje krvi*),
- zdravila, ki vplivajo na strjevanje krvi.

3 Kakšni so znaki in simptomi krvavitvev?

Znaki in simptomi se razlikujejo od bolnika do bolnika in se s časom lahko spreminjajo.

Možni znaki in simptomi krvavitvev so:

- bledica,
- hitrejša zadihanost,
- splošna utrujenost,
- vrtoglavica,
- modrice po koži,
- drobne rdečkaste spremembe po koži ali na sluznicah (*petehije*),
- krvavitev iz nosu, ustne sluznice, dlesni,
- izkašljevanje krvi,
- bruhanje krvi,
- krvavitev iz črevesja (*temno blato ali sledi krvi v blatu*),
- krvavitev iz sečil (*temen ali rdeč urin*),
- krvavitev iz rodil pri ženskah.

4 Kaj lahko naredim ob krvavitvi?

Kadar gre za kronično ali manjšo krvavitvev, se glede najprimernejšega ukrepanja posvetujte z zdravstvenim osebjem, ki vas oskrbuje. Kadar je potrebno, vam bo zdravnik svetoval glede možnosti zdravljenja (*zdravila, nadomeščanje krvnih pripravkov, embolizacija, sklerozacija, ...*)

Kadar gre za akutno (*masivno*) krvavitvev, je pomembno, da:

- ostanete mirni (kolikor je le mogoče),
- ob izkašljevanju ali bruhanju krvi bolnika posedete ali obrnete na bok,
- kadar gre za krvavitvev iz kože, pritisnete na mesto krvavitvev; nekatere krvavitvev se bodo tako same zaustavile.
- posvetujte se z zdravstvenim osebjem, ki vas oskrbuje

Pomembno je, da se o možnosti pojava krvavitvev in o ukrepih ob takem dogodku pogovorite z lečečim zdravnikom. Kadar je velika verjetnost za hudo, akutno in masivno krvavitvev, se že vnaprej pripravite (*priporočamo uporabo temnejših rjuh, pižame*).