
욕창예방 및 관리지침

욕창발생요인, 욕창예방방법, 욕창발생시
처리

스타방문요양센터

욕창예방 및 관리

○ 욕창의 정의

욕창은 압력(pressure), 또는 압력과 마찰력(friction)이 혼합되어 뼈 돌출 부위(예: 천골, 발꿈치 등)의 피부와 그 밑의 조직에 국소적인 손상을 일으키는 것.

○ 욕창의 발생원인

욕창이란 뼈의 돌출부와 표피사이 조직이 오랜 시간 눌러 압박을 받을 때 발생하는 모든 병변을 의미한다. 나이가 들수록 노화에 따른 피부변화 즉 피부의 혈액 공급이 감소하고 피부의 상피층이 평평해지고 얇아지고, 교원섬유의 탄력성이 감소할 뿐만 아니라 저산소증에 대한 내성이 감소되어 노인에서 욕창이 자주 발생하게 된다.

- ① 장기간의 와상 상태
- ② 뇌척수신경의 장애로 인한 체위변경의 어려움
- ③ 체중으로 압박받는 부위, 특히 뼈가 튀어나온 곳의 지속적인 압력
- ④ 부적절한 영양(체중감소, 근육 위축, 피하지방 감소 등으로 인해 피부와 뼈사이의 완충지대가 감소하게 되어 욕창 발생)
- ⑤ 요실금 및 변실금(습기로 인해 피부 손상, 미생물 번식으로 인한 감염 발생)
- ⑥ 부적절한 체위변경(대상자를 잘못 들어 올리거나 침대에서 잘못 잡아끌면 약한 부위의 피부가 벗겨지고 욕창 발생)

- 외적요인

압력 : 욕창발생의 핵심적인 원인

응전력 : 반좌위로 있을 경우 피부가 밀려 내려가면서 가해지는 힘

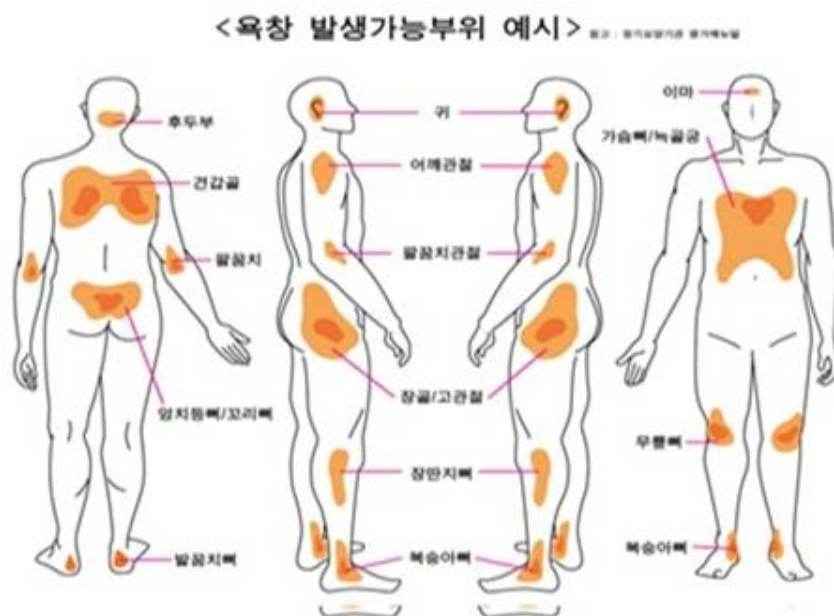
마찰력 : 피부와 평행으로 작용하는 힘

- 내적요인

영양결핍	고령	조직관류저하
피부가 압력을 견디는능력감소	표피교환 주기 지연으로 표피 얇아짐	부종은 조직관류방해
비타민C 결핍은 모세혈관 쉽게 파괴	한선 피지선 활동 감소	심부전, 심박출량 감소는 국소 순환 감소 초래
빈혈은 조직의 산소 공급저하 초래	피부 혈액공급 감소 및 모세혈관 약화	수축기압 100, 이완기압 60이하 일때 욕창 발생 위험 증가

○ 욕창의 발생하기 쉬운 부위

욕창이 생기기 쉬운 부위



- ① 양 무릎 사이나 발목, 어깨뼈, 척추, 머리 뒷부분, 발꿈치, 천골 등과 같이 체중이 집중되는 곳
- ② 피하층과 근육층에 위축으로 연조직과 모세혈관 압력이 증가된 곳

- 욕창의 위험요인

- ①와상상태 : 운동성이 감소한 수급자는 스스로 압력을 제거하는 능력이 없으므로 지속적인 압력을 받게 된다.
- ②부적절한 영양 : 체중감소, 근육 위축 및 피하지방 감소 등의 현상이 나타나 피부와 뼈 사이의 완충지대가 감소하게 되어 욕창 발생 가능성이 커진다.
- ③요/변 실금 : 습기로 인한 피부 연화는 표피의 손상을 일으키고 미생물을 번식시켜서 피부통합성을 파괴하고 감염을 일으킨다.
- ④기타 : 몸에 꼭 끼는 옷을 입는 경우, 비관적이고 의욕이 없어서 움직임이 적은 경우, 수급자를 잘못 들어 올리거나 침대에서 잘못 잡아 끈 경우

- 욕창의 단계

- ①1단계 : 피부는 분홍색 혹은 푸른색이다. 누르면 색깔이 일시적으로 없어지며 딱딱하고 열감이 있다. 이 시기에 마사지를 함으로써 욕창 진행을 예방할 수 있다.
- ②2단계 : 피부가 갈라지고 물집이 생기며 조직이 상한다.
- ③3단계 : 깊은 욕창이 생기고 괴사조직이 발생한다.
- ④4단계 : 뼈와 근육까지 괴사가 미친 경우이다. 이 단계가 되면 수급자의 전체적인 건강상태가 매우 나빠지기 쉽다.

- 욕창의 예방 및 관리

- ①피부를 건조하고 청결하게 유지한다.
- ②침대에서는 2시간 간격으로 체위를 변경하고, 의자에서는 2배 정도 자주 체위변경 해준다.
- ③젖은 침대 시트는 바로 교체하고 피부에 오염물질이 묻어 있으면 재빨리 부드러운 천이나 스펀지, 자극이 없는 비누, 미지근한 물을 사용하여 씻고 말린다.
- ④시트의 구김살과 부스러기 등으로 인한 자극을 줄이기 위해 침상은 항상 주름이 없도록 팽팽하게 펴주고 청결을 유지한다.
- ⑤신체의 약한 부위에 압력이 가는 것을 덜어줄 특수 매트리스(에어매트)와 베개를 장만한다.
- ⑥충분한 단백질과 비타민C를 공급하고 적당한 수분을 섭취하며 균형이 잡힌 식사를 제공한다.
- ⑦관절의 최대운동범위(Range of Motion) 운동을 한다.
- ⑧호발부위에 베개를 대어주며 자주(적어도 4시간) 마사지를 하여 혈액순환을 돕는다.
- ⑨손상 받은 피부에 피부보호연고나 스프레이를 뿌린다.
- ⑩발적된 부위가 있으면 윤활제를 사용하여 마사지를 해준다.
- ⑪마비된 부분은 부딪히거나 미끄러지거나, 넘어지거나, 비벼지거나, 뜨거운 물이나

음식이 쏟아지는 등의 상해로부터 보호한다.

⑫ 압박감을 나타내는 저릿저릿함과 변색된 피부 등이 있는지 살펴본다.

⑬ 가능하면 침대 머리를 30도 이하로 유지하여 쓸림을 감소시킨다.

○ 체위변경

① 체위변경은 피부에 대한 압력을 줄임으로 혈액순환을 개선하여 욕창을 예방한다.

② 수급자의 머리와 침대의 각도를 30° 이하로 유지한다.

③ 수급자가 의자에 앉아 있을 때는 매시간 자세변경을 한다. 앉아 있는 의자에 울룩불룩한 에어 매트리스 형태의 방석을 놓거나 도넛 모양의 방석을 놓으면 압력이 분산되어 욕창을 예방할 수 있다. 다만, 도넛 모양은 피부가 기구에 조금 더 닿게 되므로 주의를 요한다.

④ 스스로 몸을 움직일 수 있는 대상자는 매 15분마다 이동할 수 있도록 돕거나 교육한다.

⑤ 다리 아래에 베개를 놓거나 보호대를 사용하여 뒷꿈치를 침대에서 떨어뜨려 놓는다.

○ 욕창간호

- 욕창이 있는 대상자에게 필요한 피부처치 및 간호를 제공하여 빠른 회복을 유도하고 합병증을 예방한다.

- 주의사항

① 외상이나 욕창의 발생 원인을 파악하여 원인을 제거하면서 간호하며, 상처치유에 영향을 주는 요인(조직의 산소 결핍, 영양결핍, 스테로이드제제 사용, 스트레스, 흡연, 감염, 당뇨병 등)을 관찰하고 제거하여 최상의 생리적 조건을 만들어주도록 한다.

② 전신 상태는 상처치유에 영향을 주므로 전신 상태를 향상시키도록 한다.

③ 청결한 위생 상태를 유지하고 상처부위가 감염되지 않도록 고정한다.

④ 촉탁의(협력의료기관) 방문 시 욕창 부위를 점검하도록 하고, 필요 시(항생제치료가 필요한 경우 등) 의료서비스를 연계한다.

- 욕창발생 영향요인

① 장기간 침상안정이 요구되어 욕창발생 가능성이 높은 경우

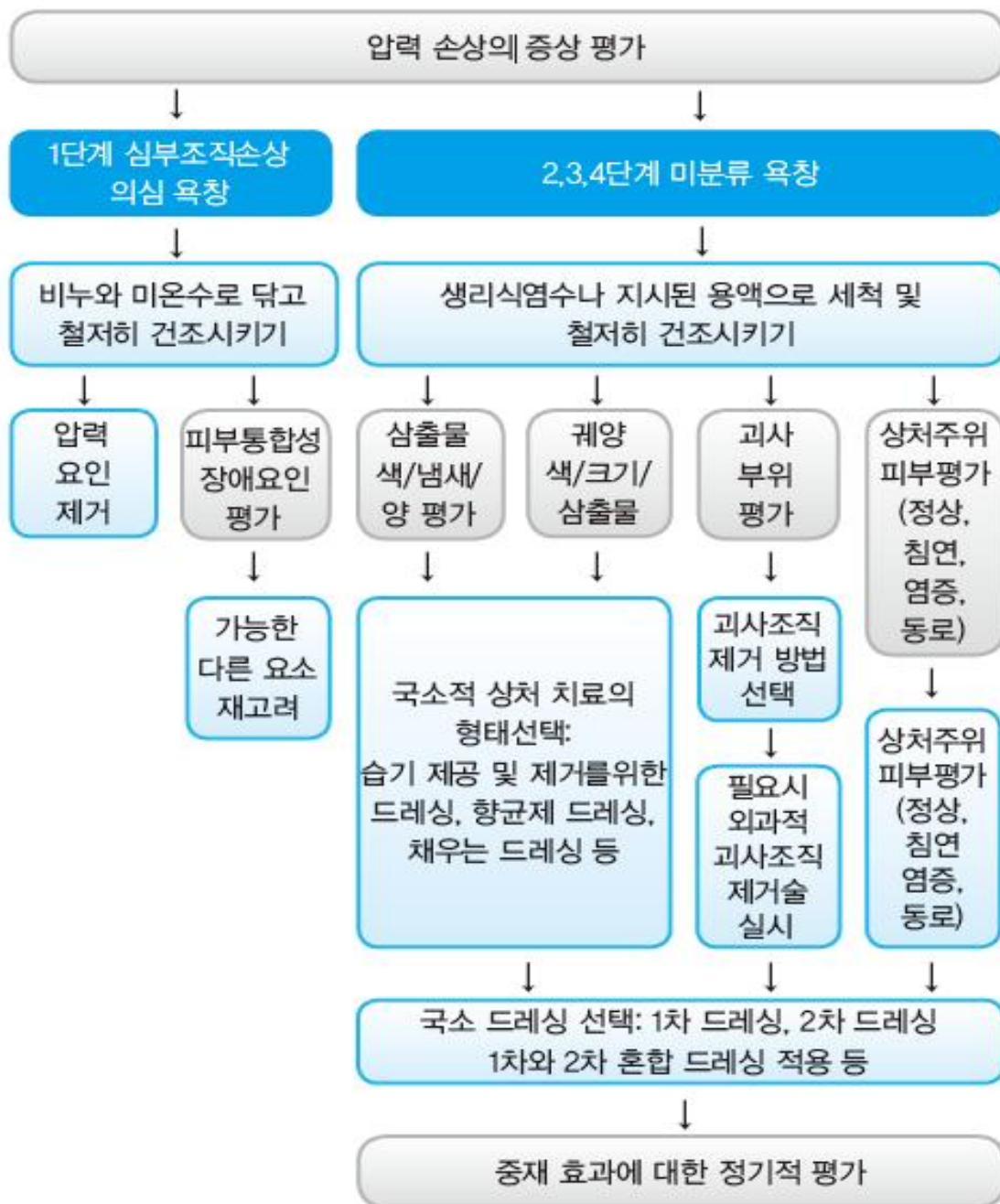
② 피부표면의 마찰이 심한 경우

③ 영양상태 불량으로 빈혈, 저단백증, 비타민 결핍이 생긴 경우

④ 너무 마른 대상자, 부동상태, 국소순환장애, 감각소실, 감각장애인 경우

⑤ 당뇨병 등으로 인해 피부의 저항력이 떨어진 경우

욕창 간호 시, 항상 청결하도록 해야 하며, 청결한 간호처치를 위해서 장갑을 착용해야 한다. 분비물이 많아 거즈가 젖은 경우, 멸균 거즈를 이용하여 드레싱 부위에 덧대어 준다. 욕창 부위에 발열 등 욕창부위의 감염 증상과 증후를 주의 깊게 관찰하고 이상이 있을 경우, 간호사에게 보고한다. 환자의 영양상태 또한 예방과 치료과정에 있어서 중요하므로 고단백질, 고칼로리, 철분, 비타민 등의 영양소가 풍부한 식사를 해야 한다.



- 기관육창관리

- 육창위험도를 연1회 이상 정기적으로 파악 한다
- 육창발생 위험이 있는 수급자의 육창위험도를 분기별 1회 이상 파악한다.
- 육창발생 위험이 있는 수급자 등 수급자의 육창발생 예방을 위해 노력한다.
- 육창발생 고위험 수급자의 육창발생 여부를 1일 1회 이상 관찰하고 기록한다.
- 육창이 있는 수급자에게 육창방지 보조도구를 제공하고, 육창변화를 주 1회 이상 관리하고 기록한다.

- 육창발생시 보고체계

1. 육창이 관찰되면 육창을 발견한 요양보호사는 신속히 간호사와 상담한다.
2. 간호사는 정기적으로 육창발생건수와 환자의 육창상태를 보고? 관리하여야 한다.
3. 간호사는 협약체결병원 담당 주치의와 상담하여 적절한 치료방법을 결정한다.
4. 대상자에게 육창의 치료 및 체위변경에 대해 설명을 한다.
5. 육창 발생 시 간호사는 대상자와 보호자에게 알려야 한다.