



## DO CENTRA HOJENÍ RAN

Kvalitní péče o nehojící se ránu vyžaduje specializovanou péči zdravotnických pracovníků různých odborností (multioborová péče) a může se jednat o poměrně složitý proces. Abychom vám proces péče a cestu k ní usnadnili a pomohli co nejdříve nalézt vhodnou odbornou pomoc, připravili jsme edukační materiál zpracovaný do jednoduchých navazujících kroků.

### Je edukační materiál určený pro mě?

Předkládaný edukační materiál je určen pro pacienty (či jejich blízké/pečující), kteří mají nehojící se ránu tzn. poškození kdekoli na těle, které se nehojí déle než 2–3 týdny. Nejčastěji se může jednat o rány související s níže uvedenými stavy:

- Léčíte se s **cukrovkou** (diabetem mellitem) a máte ránu na chodidle
- Trpěl/a jste v minulosti **bércovými vředy**, máte otoky a barevné změny na bércích a bércové vředy měl někdo v rodině
- Utrpěl/a jste **popáleninu vyššího stupně** a léčíte se s komplikacemi jejího hojení
- Podstupujete **onkologickou léčbu**
- Jste dlouhodobě upoután/a na lůžko či vozík a **trpíte proleženinou** (dekubitem)
- Léčíte se s **chronickou nemocí** spojenou se vznikem ran na kůži či sliznicích

### K čemu mi tento edukační materiál má pomoci?

Edukační materiál by vám měl pomoci s tím, jak využít služeb specializované ambulance pro pacienty s ránou, tedy jak se dostat do Centra hojení ran.

## 1. Návštěva praktického lékaře

**PRVNÍ KROK:** Pokud máte ránu, která se nehojí nebo se zhoršuje, navštivte svého praktického lékaře a podrobně popište své potíže.

**VYŠETŘENÍ:** Praktický lékař zhodnotí váš celkový zdravotní stav a rovněž ránu – trvejte na tom, aby ránu viděl.

## 2. Doporučení do Centra hojení ran

**DOPORUČENÍ:** Pokud praktický lékař usoudí, že vaše rána vyžaduje specializovanou péči, vystaví doporučení (žádanku) k vyšetření do Centra hojení ran.

**TERMÍN NÁVŠTĚVY:** Praktický lékař vám pomůže domluvit první návštěvu v Centru hojení ran nebo vám poskytne kontaktní údaje, abyste si termín mohli domluvit sami.

## 3. Příprava na návštěvu Centra hojení ran

**PŘIPRAVTE SI ODPOVĚDI NA OTÁZKY:** Jak rána vznikla? Jak dlouho máte ránu? Čím jste ránu dosud ošetřovali a převazovali? Kdo vám pomáhal s péčí? Jaké vás trápí nemoci? Jaké léky na předpis pravidelně užíváte? Jaké léky si kupujete? Jste na něco alergický (zejména na léky či převazový materiál)? Prodělal jste nějaké operační výkony v místě nehojící se rány nebo postižené končetiny?

**PŘIPRAVTE SI OTÁZKY:** Přemýšlejte o otázkách, které byste chtěli položit specialistovi v Centru hojení ran (ohledně léčby, délky hojení nebo možnosti využití odborné péče v domácnosti s pomocí sester z agentur domácí zdravotní péče).

**DOKUMENTACE:** Připravte si potřebné lékařské dokumenty a výsledky předchozích vyšetření, které máte k dispozici od svého praktického lékaře či jiných specialistů, u nichž se léčíte.

**DOPROVOD:** Pokud je to možné, vezměte s sebou někoho blízkého, kdo vám může pomoci s komunikací, péčí v domácnosti a bude vaší psychickou oporou v průběhu léčby.

## 4. První návštěva v Centru hojení ran

**VYŠETŘENÍ:** Specialista v Centru hojení ran provede zhodnocení celkového zdravotního stavu a vyšetření vaší rány.

**LÉČEBNÝ PLÁN:** Na základě vyšetření vám bude navržen individuální léčebný plán.

**POKYNY:** Obdržíte podrobné pokyny, jak pečovat o ránu doma a termíny dalších kontrolních návštěv včetně kontaktů v případě potřeby například telefonické konzultace.

## 5. Následná péče a kontrola

**PRAVIDELNÉ KONTROLY:** Péče o nehojící se ránu je dlouhodobá, a proto je předpokladem úspěchu, že budete pravidelně docházet do Centra hojení ran na kontroly, aby specialista mohl sledovat postup hojení. V případě, že se ze závažného důvodu nemůžete dostavit k plánované kontrole, uvědomte včas personál Centra hojení ran a požádejte o náhradní termín. Předepisování materiálů k převazům je administrativně náročné a může nastat situace, že před vystavením poukazu budete muset čekat na souhlasné stanovisko revizního lékaře vaší zdravotní pojišťovny.

**SPOLUPRÁCE:** Je důležité dodržovat všechny pokyny specialistů a komunikovat jakékoli změny s týmem v Centru hojení ran. Lékařskou zprávu z Centra hojení ran předejte lékaři, který vám vystavil doporučení (žádanku) do specializované ambulance.

**PODPORA:** V případě potřeby můžete využít podpůrné skupiny, patientské organizace či konzultace s psychologem, aby vám pomohli zvládat emocionální a fyzické výzvy spojené s dlouhodobým hojením ran. Patientská organizace zprostředkovává kontakty pacientů tak, aby sdíleli své zkušenosti a vzájemně se podporovali.



ZAHOJÍME

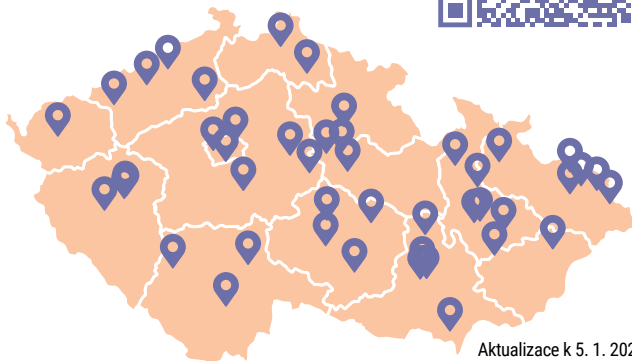
[www.zahojime.cz](http://www.zahojime.cz)

Správná cesta do Centra hojení ran začíná u vašeho praktického lékaře. Spolupráce mezi vámi, vaším lékařem a specialisty v Centru hojení ran je klíčem k úspěšnému hojení. Nezapomeňte se aktivně zapojit do svého léčebného procesu, dodržovat navržená režimová opatření a komunikovat své potřeby, požadavky ale i případné obavy. Uvažujte také o možnostech zlepšení celkového životního stylu, je-li to možné, např. odvykání kouření a zvýšení pohybových aktivit.

**Péče ve specializované ambulanci je hrazena z veřejného zdravotního pojištění.** V případě, že by bylo vhodné a možné využít nadstandardní (hrazené služby), byli byste na tuto možnost upozorněni.

## Kde najdu Centra hojení ran?

[www.zahojime.cz/odbornici/organizace-pecce-o-nehojici-se-rany](http://www.zahojime.cz/odbornici/organizace-pecce-o-nehojici-se-rany)



Aktualizace k 5. 1. 2025

Hlavní autorky: PhDr. Adéla Holubová, Ph.D., MBA; prof. PhDr. Andrea Pokorná, Ph.D.

Spoluautoři: MUDr. Jan Stryja, Ph.D.; prof. MUDr. Samuel Vokurka, Ph.D.

V rámci přípravy informačního letáku byli zapojeni příjemci péče (pacienti/laičtí pečující).

Datum vydání: leden 2025, 1. vydání, Sezimovo Ústí

Grafika: Ing. Jana Vaňková

Gramatická korektura: Mgr. Jana Francová