

The staff of the ICS Wound Care Program want you to know: “Just because you have a physical disability does not mean that you have to have skin breakdown.” According to this group of talented nurses and social worker, “pressure sores are preventable” and they work with members everyday to help them find ways to avoid open wounds.

Pressure sores: a problem for people with mobility impairments

Pressure sores are injuries caused by unrelieved pressure that damages the skin and tissue under the skin. Places where a bony part of the body presses up against other body parts, a mattress or a wheelchair are likely to get sores. In addition, constant rubbing of skin against a surface like a mattress or wheelchair, the loss of bowel or bladder control and/or poor nutrition all contribute to skin breakdown. Members may have difficulty changing positions frequently enough or recognizing that pressure is building in a certain area due to their mobility impairments and are, therefore, more likely to experience skin problems. The most common locations for pressure sores include: the lower back below the waist, hips, buttocks, heels and the shoulder blades.

ICS sees a problem and seeks to address it

The wound care program is one of the many ways that ICS has responded to the special needs of adults with physical disabilities. The program started in 2006 because of the fact that over 75% of ICS members have mobility impairments. People with mobility impairments are at high risk for pressure sores. The idea behind the wound care program is simple: prevention beats treatment every time.

As a result of our high risk population, ICS has created a program designed to head off pressure sores through a system of evaluation, risk assessment, prevention education and, should a wound happen, aggressive treatment. Ann Todd is the Program Manager and is an Adult Nurse Practitioner, and Dee Visco is a registered nurse board certified in wound care. The team also includes two experienced RN care managers, Patty Mazon and Carolyn Brooks, and a social work care manager, Bonnie Prest-Thal. Between them they bring many years of experience to the wound care unit. Ann says, “Wounds are one of the most frequent reasons that members are hospitalized and we saw the wound care program as a means to cut down on hospitalizations and improve quality of life for our members.”



From left, Bonnie Pres-Thal, Social Work Care Manager, Carolyn Brooks, Nurse Care Manager (seated), Patricia Mazon, Nurse Care Manager

El personal del Programa de Cuidado de Heridas de ICS quiere hacerle saber: “Sólo porque usted tenga una discapacidad física no significa que deba tener la piel agrietada.” Según este grupo formado por enfermeras de talento y una trabajadora social, “se pueden prevenir las úlceras por presión” y trabajan a diario con los miembros para ayudarles a encontrar maneras de evitar la aparición de heridas abiertas.

Úlceras por presión: un problema para las personas con problemas de movilidad

Las úlceras por presión son lesiones causadas por una presión continua que daña la piel y el tejido que está por debajo de la piel. Las zonas en las que una parte del cuerpo con salientes óseos presiona contra otras zonas del cuerpo, un colchón o una silla de ruedas tienen una mayor propensión a padecer úlceras por presión. Además, la rozadura constante de la piel contra una superficie como un colchón o silla de ruedas, la pérdida de control sobre las necesidades fisiológicas y/o una nutrición deficiente contribuyen al agrietamiento de la piel. Los miembros pueden tener dificultades para cambiar de postura con frecuencia o para notar que la presión está aumentando en una zona determinada debido a sus problemas de movilidad y tienen, por lo tanto, una mayor probabilidad de padecer problemas de piel. Las localizaciones más frecuentes de las úlceras por presión incluyen: la parte baja de la espalda por debajo de la cintura, caderas, nalgas, talones y los omóplatos.

ICS ve un problema y busca la forma de abordarlo

El programa de cuidado de heridas es una de las muchas maneras en las que ICS ha respondido a las necesidades especiales de adultos con discapacidades físicas. El programa comenzó en 2006 debido a que más del 75% de los miembros de ICS tienen problemas de movilidad. Las personas con problemas de movilidad tienen un riesgo elevado de padecer úlceras por presión. La idea que hay tras el programa de cuidado de heridas es sencilla: la prevención siempre es mejor que el tratamiento.

Como consecuencia de nuestra población de alto riesgo, ICS ha creado un programa diseñado para atajar las úlceras por presión a través de un sistema de evaluación, análisis de riesgos, educación preventiva y, en el caso de que se produzca una herida, tratamiento agresivo. Ann Todd es la Directora del Programa y es una Enfermera Profesional para Adultos, y Dee Visco es una enfermera titulada certificada por el

PROTECT YOUR SKIN FROM INJURY

- Change positions every 2 hours when in bed
- Change your position every hour when in your wheelchair
 - Pressure relieving devices really work — Ask for one
 - Avoid laying directly on your hip
 - Elevate your heels with a pillow under your calves
 - Maintain a well balanced diet
 - Use moisturizers to prevent dry skin
 - Insist on being lifted rather than dragged when repositioning
 - Keep skin dry
- Clean any bowel or bladder leaks quickly with mild soap
 - Use a barrier cream to protect the skin

PROTEJA SU PIEL DE LAS LESIONES

- Cambie de postura cada 2 horas cuando esté en la cama
 - Cambie su postura cada hora cuando esté en su silla de ruedas
 - Los dispositivos para aliviar la presión realmente funcionan — Pida uno
 - Evite descansar directamente sobre su cadera
 - Eleve sus talones colocando una almohada bajo sus pantorrillas
 - Mantenga una dieta bien equilibrada
 - Utilice cremas hidratantes para prevenir la sequedad de la piel
 - Insista en que le alcen en lugar de arrastrarle al cambiarle de postura
 - Mantenga la piel seca
 - Limpie rápidamente cualquier fuga debida a incontinencia urinaria o fecal con jabón suave
 - Use una pomada o crema protectora para proteger la piel

Prevention is the Key

Some members may wonder why they have to have visits from ICS staff every 180 days. The primary reason is so we can see how you are doing and evaluate your health, your support system and your equipment.

During this routine visit your care manager will administer a screening test called the Braden Scale for Predicting Pressure Ulcer Risk to determine your risk of getting pressure sores. Members are interviewed and examined to assess their ability to feel pressure on their limbs; the level of moisture they experience through perspiration, toileting, their activity level (i.e. how much and how often a person can walk or ambulate), the amount of mobility in their body (i.e. how often a person can change positions in a lying down or seated position) and their nutrition. These factors

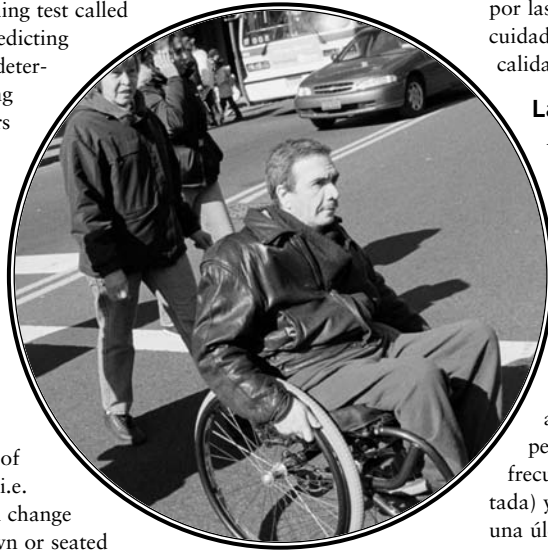
add up to the risk of having or getting a pressure sore. If a member is found to have a high risk for pressure sores, then the member will be referred to the wound care unit. Once there, the member will get educational information from their care manager on ways to reduce the risk of pressure sores including improving range of motion, increasing exercise (sometimes with the help of Physical Therapist or Occupational Therapist), reevaluating seating and sleeping arrangements with the Rehab department, eating better and keeping areas that experience pressure as dry as possible.

Why the fuss?

Wounds can be very serious; they can even lead to death. They can take anywhere from a month to years to heal completely depending on the size, depth, treatment and the members decision to do what they need to do to encourage healing. Infection is a real concern. To prevent serious complications, members have to be sure to get treatment of any problem that they see. Ann and Dee encourage members to treat skin care as a top priority and develop habits such as healthy eating and exercise that help to beat the odds of getting skin breakdown.

What can you do?

Ann and Dee suggest that members get serious about skin care by inspecting skin at least once per day, using a mirror, homecare aide or friend to see hard to reach spots. Members should pay special attention to areas that remain red after the pressure has been relieved — these areas may soon have skin breakdown. Mention any areas of concern to your care manager. Prevention is possible and it is the key to maintaining your healthy and independent lifestyle.



consejo médico de los Estados Unidos para el cuidado de heridas. El equipo también incluye dos experimentadas enfermeras tituladas gerentes de cuidados, Patty Mazone y Carolyn Brooks, y una trabajadora social gerente de cuidados, Bonnie Prest-Thal. Entre todas aportan muchos años de experiencia a la unidad de cuidados de heridas. Ann dice, “las heridas son una de las razones por las que los miembros son hospitalizados y vimos que el programa de cuidado de heridas era un modo de reducir las hospitalizaciones y mejorar la calidad de vida de nuestros miembros.”

La prevención es la clave

Algunos miembros pueden preguntarse por qué deben recibir visitas del personal de ICS cada 180 días. La razón principal es para que podamos ver cómo se encuentra y evaluar su salud, su sistema de apoyo y su equipo. Durante esta visita de rutina su gerente de cuidados le aplicará una prueba de detección llamada Escala de Braden para la Predicción del Riesgo de Úlceras por Presión, para determinar su riesgo de padecer dichas úlceras. Los miembros son entrevistados y examinados con el fin de valorar su capacidad para sentir presión sobre sus extremidades; el nivel de exposición a la humedad a través de la sudoración, el aseo personal, su nivel de actividad (es decir, cuánto y con qué frecuencia puede caminar una persona), la cantidad de movilidad que tiene su cuerpo (es decir, con qué frecuencia puede cambiar de postura una persona que está tumbada o sentada) y su nutrición. Estos factores se suman al riesgo de padecer o contraer una úlcera por presión. Si a un miembro se le detecta un riesgo elevado de contraer úlceras por presión, entonces dicho miembro será remitido a la unidad de cuidado de heridas. Una vez allí, el miembro recibirá información educativa por parte de su gerente de cuidados sobre las maneras de reducir el riesgo de úlceras por presión, tales como mejorar el rango de movimientos, incrementar el ejercicio (a veces con la ayuda del fisioterapeuta o terapeuta ocupacional), reevaluar la planificación de asientos y camas con el departamento de rehabilitación, comer mejor y mantener las zonas que sufren presión tan secas como sea posible.

¿A qué viene tanto jaleo?

Las heridas pueden ser muy graves; incluso pueden llevar a la muerte. Pueden tardar desde un mes hasta años en curarse por completo según el tamaño, la profundidad, el tratamiento y la decisión de los miembros de hacer lo que deban hacer para favorecer la curación. La infección es una verdadera preocupación. Para prevenir complicaciones graves, los miembros deben asegurarse de recibir tratamiento para cualquier problema que detecten. Ann y Dee animan a los miembros a tratar el cuidado de la piel como una prioridad de primer orden y a desarrollar hábitos tales como comer de forma saludable y hacer ejercicios que ayuden a combatir la probabilidad de padecer agrietamiento de la piel.

¿Qué puede hacer?

Ann y Dee sugieren que los miembros se tomen en serio el cuidado de la piel inspeccionando su piel al menos una vez al día, con la ayuda de un espejo, auxiliar de cuidados a domicilio o amigo para poder ver las zonas difíciles de alcanzar. Los miembros deben prestar especial atención a las zonas que permanecen rojas una vez que se ha aliviado la presión — estas zonas pueden estar a punto de padecer agrietamiento. Mencione cualquier zona que le preocupe a su gerente de cuidados. La prevención es posible y es la clave para mantener su estilo de vida saludable e independiente.

COMING SOON! After a short summer break, all of your favorite ICS classes including Artists on Wheels, the Jewelry Cafe, the Knitting Circle, the Writers Group and the ICS Movie Club will be starting soon! Call now for more information or to reserve your space, 212-584-2548. Don't like our current offerings? Call with your ideas today!

MUY PRONTO! Después de una corta pausa de verano, todas sus clases favoritas de ICS, regresaran pronto, incluyendo Artista sobre Ruedas, Clases de Joyerías, Clases de Tejidos, Grupo de escrituras y el Club de películas de ICS. Llame ahora al 212-584-2548 para más información y para reservar su espacio. ¿No te gustan las ofertas que tenemos?, llámanos y danos tu ideas.



Independence Care System
257 Park Avenue South, 2nd Floor
New York, NY 10010-7304

NON-PROFIT ORG.
U. S. POSTAGE
PAID
NEW YORK, N. Y.
PERMIT NO. 5404