تغيير وضعية الجلوس أو النوم باستمرار. 2. الحرص على نظافة الجلد وذلك بغسله وتجفيفه جيدًا. 3. المحافظة على نظافة .1 الفراش ووضعية الجسم على السرير. 6. الحفاظ على التغذية السليمة وتناول كميات كافية من السوائل. إرشادات للأشخاص الذين معظم وقتهم في السرير أو الكرسي: وذلك باستخدام الوسائد أو المراتب المخصصة. * تغيير وضعية الجلوس على الكرسي كل 15 دقيقة تقريبًا. * رفع الجزء العلوي من الجسم إن أمكن، ورفع الجسم من المقعد. * استخدام المراتب الطبية التي تساعد على تخفيف الضغط عن الجسم (المراتب الهوائية)، لأنها تمنع تركّز الضغط على الأنسجة المحيطة بها. * تغيير وضعية الجسم على السرير كل ساعتين.

Summarized by © lakhasly.com