

5. Если вы подолгу сидите в инвалидной коляске, замените подушку на противопролежневую и каждый день осматривайте кожу в области сидалищных костей и копчика

Выгодность исходной версии: обычная

Доказательность В · исходная версия

для жизни

немного денег

мимоходом

немного силы воли

Частично Китай

Здесь приведена исходная версия с китайскими условиями. Российские правила пока не проверены; китайские законы, выплаты и телефоны нельзя переносить на Россию.

Оценки выше относятся к исходной версии; отдельная оценка российского варианта не проводилась.

Простыми словами

Китай — исходная версия. при долгом сидении на обычной поролоновой подушке давление может повредить кожу. Такие повреждения заживают очень медленно и легко инфицируются. У пожилых людей в домах престарелых, которые пользовались противопролежневыми подушками, пролежней в области сидалищных костей было заметно меньше. Но если учитывать и пролежни в области копчика, разницы не выявили. Саму коляску тоже нужно подбирать по размерам человека. Не стоит просто покупать универсальную модель и на этом останавливаться.

Затраты

Китай — исходная версия. одна противопролежневая подушка в Китае стоит от нескольких сотен до тысячи юаней и больше. Осмотр раз в день, одна минута.

Цена в России (ориентир)

противопролежневая подушка для инвалидной коляски (за штуку): от 2 990 до 6 500 ₽. Цены в российских магазинах и клиниках меняются и зависят от региона.

Выгода

Китай — исходная версия. это рандомизированное клиническое испытание проводили в 12 домах престарелых. С 2004 по 2008 год набрали 232 жильца в возрасте 65 лет и старше, которые сидели в коляске не менее 6 часов в день и имели оценку по шкале Braden не выше 18 баллов. Сначала всем подобрали коляски по размеру, затем случайным образом разделили на две группы. Одна группа пользовалась подушками для защиты кожи (воздушными, с вязкой жидкостью и пеноматериалом или с гелем и пеноматериалом), другая — подушками из сегментированного пеноматериала толщиной 7.6 сантиметра. Наблюдение продолжалось 6 месяцев или до появления пролежней. Пролежни в области седалищных бугров: в группе сегментированного пеноматериала 8 случаев (6.7%), в группе подушек для защиты кожи 1 случай (0.9%), $P=0.04$. Если считать вместе пролежни в области седалищных костей и крестцово-копчиковой области, в группе сегментированного пеноматериала было 21 случай (17.6%), в группе подушек для защиты кожи 12 случаев (10.6%), $P=0.14$, разницы не выявили

Примечания

Китай — исходная версия. оценка В поставлена по двум причинам. Во-первых, в выборке всего 232 человека, а значение P для основного показателя результата — 0.04 — лишь немного ниже порога. По вторичному показателю разницы не выявили. Во-вторых, участниками были пожилые жильцы домов престарелых. Перенос этих результатов на молодых пользователей колясок — это экстраполяция. В испытании всем сначала подобрали коляски по размеру, поэтому соответствие коляски размерам человека и подушка действовали вместе. Не ограничивайтесь заменой подушки. О профилактике пролежней у тех, кто долго лежит в постели, о противопролежневых воздушных матрасах и регулярном переворачивании см. раздел 17, пункт 8 (пролежни). О том, как в Китае подать заявление на субсидию для обеспечения базовыми вспомогательными средствами, см. пункт 7 этого раздела (узнайте всё в уездном отделении Федерации инвалидов Китая (县级残联)).

Источники

Китай — исходная версия — источники

1. Brienza D, Kelsey S, Karg P, et al. (2010). A randomized clinical trial on preventing pressure ulcers with wheelchair seat cushions. Journal of the American Geriatrics Society, 58(12):2308-2314. doi.org/10.1111/j.1532-5415.2010.03168.x

Россия — источники цен

1. met.ru — противопролежневая подушка для инвалидной коляски: 2 990 ₽. Проверено 06.10.2026. www.met.ru/goods/16971
2. Цены в России: medmag24.ru — противопролежневая подушка для инвалидной коляски: 5 353 ₽. Проверено 06.10.2026. medmag24.ru/product/podushka-sidenie-gelevaya-s-ramyatyu-formy-prot...
3. Цены в России: medsocmarket.ru — противопролежневая подушка для инвалидной коляски: 6 500 ₽. Проверено 06.10.2026. medsocmarket.ru/product/protivoprolezhnevaja-podushka-met-air-mod-0...