



*TDD/Yara Bakımı ve Onarımı Çalışma Grubu tarafından hazırlanmıştır*

### **“Kronik Yara” nedir?**

Yara, çeşitli dış ve iç etkenler nedeniyle deri bütünlüğünün bozulması durumudur. Normal koşullarda vücudumuz oluşan yarayı ortalama 4-6 hafta içerisinde iyileştirme potansiyeline sahiptir. Bazı hastalıklarda bu süre uzar ve yaralar beklenen sürede iyileşmez. Bu duruma ‘kronik yara’ adı verilmektedir. Kronik yaralar en sık, damarsal patolojiler, diyabet hastalığı ve bası nedeniyle gelişmektedir. Aşağıda damarsal patolojilerden; venöz yetmezlik zemininde gelişmiş kronik yara tanılı bir resim görülmektedir.



### **‘Kronik yara’ya yatkınlık oluşturan hastalıklar nelerdir?**

Yaranın kendiliğinden ‘kronik yara’ya dönüşmesi nadirdir. İleri yaş, obezite, hareketsizlik, kronik yara gelişimi için önemli bir risk faktörü olmakla birlikte çoğunlukla altta yatan ek bir neden mevcuttur;

- Dokunun yetersiz beslenmesi ve oksijenlenmesi (damar hastalıkları, yatağa-tekerlekli sandalyeye bağımlı hastalıklar gibi)
- Doku hasarı (travmalar, radyoterapi hasarı gibi)
- Sistemik hastalıklar (damar hastalıkları, diyabet, hematolojik, romatolojik ve genetik hastalıklar gibi)
- Bakteriyel enfeksiyonlar

### 'Kronik yara' ile karşılaşıldığında nasıl yaklaşılmalı?

Kronik yara birçok branşın birlikte çalışmasını gerektiren 'multidisipliner' bir sağlık problemidir. Sadece sağlık çalışanları için değil, hasta ve hasta yakınları için de süreç uzun ve zordur. Eşlik eden sistemik hastalıkların kontrolü ve tedavisi, yara üstü ve çevresindeki istenmeyen dokuların uzaklaştırılması, yara bakımı ve yaranın iyileşmesini hızlandırmak için lokal tedaviler, 'evde yara bakımı' eğitimi ve rehabilitasyon konuları ilgili uzmanlık alanları tarafından bütünsel olarak ele alınmalıdır. Ayrıca bu süreçte, özellikle kendi yara bakımını yapamayacak durumdaki hastalar için, hasta yakınının bilinçlendirilmesi ve eğitimi de önemlidir. Aşağıdaki görsel, kronik yaralı hastalarda bu bilinci sağlayacak, başvurulması gereken tıbbi branşları göstermektedir.



### 'Kronik yara'sı olanlar nelere dikkat etmelidir?

Kronik yara iyileşmesini hızlandıran ve yavaşlatan bazı durumlar mevcuttur. Bu durumların hasta ve hasta yakınlarının farkında olması yara iyileşmesinde oldukça önemlidir.

#### 'Kronik yara' iyileşmesini olumsuz etkileyen durumlar:

- Tedaviye uyumsuzluk
- Sigara
- Obezite veya yetersiz beslenme
- Kötü hijyen
- Yara üzerine uzun süre basınç uygulanması
- Damar yetmezlikleri
- Kontrolsüz diyabet hastalığı
- Yara ve çevresindeki yabancı cisim artıkları
- Yara ve çevresindeki enfeksiyon varlığı
- Yara üzerindeki ölü doku artıkları (kirli sarı renkte, yaraya yapışık tabaka)



## Türk Dermatoloji Derneği Hasta Bilgilendirme Broşürü

### 'Kronik yara' iyileşmesini olumlu etkileyen durumlar:

- Hasta ve yakınlarının tedaviye uyumu
- Hastaya uygun egzersiz programları
- Sağlıklı beslenme
- Yara ve çevresindeki dokunun kanlanmasının artırılması
- Yara ve çevresindeki istenmeyen artıkların temizlenmesi
- Yaranın nemli tutulması (ıslak değil)
- Eğer varsa enfeksiyonun tedavi edilmesi

### **'Kronik yara'da enfeksiyon olduğu nasıl anlaşılır?**

Kronik yara, deri bütünlüğünün uzun süreli bozukluğu nedeniyle özellikle bakteriyel enfeksiyonlara karşı daha duyarlıdır. Yara ve etrafında ısı artışı, ödem, kızarıklık, hassasiyet, ağrı ve akıntı ve kötü koku varlığında, mutlaka enfeksiyon açısından değerlendirme gereklidir.

### **'Kronik yara' tedavi edilebilir mi?**

Yara tedavi süreci, yaranın çapı, derinliği, altta yatan hastalığın tanısına göre değişebilir; bu nedenle zorlu ve uzun olup, sabır gerektirir. Bütüncül bir tedavi programı ve düzenli bir takip ile kronik yaralar kapanabilmektedir. Kronik yaralarda tedaviye erken dönemde başlamak ve altta yatan hastalığı kontrol altına almak başarı şansını arttıran en önemli faktörlerdendir.

### **'Kronik yara' tedavisinde güncel tedavi yöntemleri nelerdir?**

Tedavide ilk basamak eşlik eden sistemik durumların kontrol altına alınmasıdır. Sigaranın bırakılması, sağlıklı-dengeli beslenme ve egzersiz programı oluşturulması, kan şekerinin düzenlenmesi, damar hastalıkları tedavisi ile, yara iyileşmesi için gereken zemin sağlanmalıdır.

Bölgesel yara tedavi süreci, yara üzerindeki ölü dokuların temizlenmesi (debridman) ve yaranın enfeksiyondan korunarak nemli tutulması ile başlamalıdır. Yaranın sağlıklı bir şekilde iyileşme süreci (epitelizasyon) için topikal tedavi seçimi oldukça önemlidir; bu aşamada dermatologlar yer almalıdır. Bu amaçla antiseptik solüsyonlar, antibakteriyel kremler, epitelizan ajanlar, büyüme faktörleri, bariyer kremler yaranın ihtiyacına göre kullanılabilirler. Ayrıca, uygun hasta grubunda yara bölgesine, kuru-sulantılı olma durumuna, sulantı şiddetine, enfeksiyona eğilim durumuna, yaranın derinliğine göre uygun yara örtüleri kullanılabilir. Yaranın ihtiyacına göre hiperbarik oksijen tedavisi ve VAC (vakum destekli kapama) yöntemleri uygun hastalarda tedavi yönetimine eklenebilir. Kronik yaralarda kişiye özgü tedavi planı geliştirilmesi ile en iyi sonuçların elde edilebileceği unutulmamalıdır.