

ГИГИЕНА ТЕЛА ЛЕЖАЧИХ И ОСЛАБЛЕННЫХ ПАЦИЕНТОВ: ПАМЯТКА ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЯЮЩИХ УХОД

*Е.Н. СЕМЕНОВА, Е.А. ДРУЖИНИНА, А.Н. ИБРАГИМОВ, специалисты
ГБУЗ «Центр паллиативной помощи ДЗМ»*

Если вы ухаживаете за ослабленным или обездвиженным человеком, помните о правилах гигиены и специальном уходе за телом. Предлагаем вашему вниманию памятку о методах ухода за телом лежачих больных и основных рекомендациях.

О чем нужно помнить

Гигиена. Ухаживать за телом больного нужно каждый день, даже если он обездвижен или находится без сознания.

Комфорт. Чистая кожа и волосы – базовая потребность любого человека, очень важно сохранять ощущение чистоты и свежести.

Уважение. Предупредите больного о процедуре и получите его согласие, создайте максимально комфортные условия.

Отвлечение. Водные процедуры позволяют человеку расслабиться и ненадолго забыть о болезни.

Безопасность. Сухая, неочищенная кожа увеличивает риск появления пролежней и потницы.

Текущее состояние больного. Если больному тяжело, не мойте голову одновременно с телом, делайте это в разные дни.

Гигиена лежачего больного в кровати. Метод протирания

Вам понадобятся:

- 3 полотенца – для лица, тела, ног, разные предметы для разного применения нужны для соблюдения правил гигиены;
- впитывающая пеленка;
- 2 пары перчаток (для гигиены интимных зон);
- хлопчатобумажные салфетки для мытья;
- 2 губки – для тела и интимных мест;
- увлажняющий или защитный крем;
- 2 таза с водой – для верхней и нижней частей тела.

Температурный режим

- + 24°C – минимальная температура воздуха комнате;
- + 36–37°C – оптимальная температура воды, проверять ее лучше внутренней стороной запястья.

Подготовка к процедуре

Сообщите человеку о предстоящей процедуре, спросите согласие.

Во время мытья говорите ему о всех действиях.

Обязательно вымойте руки до и после процедуры. Это защищает вас и больного от распространения инфекции.

Перед началом процедуры закройте окна и дверь в комнату или отгородите больного ширмой, чтобы он не чувствовал смущения.

Заранее подготовьте все необходимое, чтобы не оставлять человека одного, пока вы будете ходить за нужными предметами.

Разденьте человека, предварительно спросив его согласие.

Одеяло опустите до талии. Помните о достоинстве человека – во время процедуры должна быть закрыта верхняя или нижняя часть тела.

Если больной в состоянии участвовать в процессе, дайте ему возможность помочь вам: пусть он сам вымоет руки, лицо, интимные зоны. Самостоятельность важна!

Если движение причиняет человеку боль, проконсультируйтесь с врачом и заранее дайте человеку обезболивающее (или замените неэффективное средство).

Последовательность протирания:

Лицо, шея, руки, грудная клетка, живот, спина.

Ноги.

Бедра и интимная зона.

Верхняя часть тела

Устройте больного в положении «полусидя». Положите ему под голову и лопатки впитывающую пеленку.

Протрите влажной салфеткой для мытья лицо, кожу за ушами, шею.

Просушите обработанные участки тела полотенцем.

Переложите пеленку под правую руку по всей ее длине. Помойте губкой предплечье, плечо, подмышечную впадину, руку, вытрите насухо.

Затем переложите пеленку под левую руку и повторите действия.

Передвиньте пеленку под спину человека и помойте губкой грудь и живот. Вытрите насухо.

Если больной не встает, ему надо помочь лечь на бок. Пеленка должна остаться вдоль спины. Если позволяет состояние человека, вы можете усадить его на кровать.

Вымойте спину до талии, насухо вытрите.

Нижняя часть тела

Смените воду.

Наденьте перчатки.