OPIEKA NAD CHORYM LEŻĄCYM

Znalazłeś się w sytuacji konieczności opieki nad przewlekle chorym? Często zadajesz sobie pytania: Czy sobie poradzę? Czy dam radę? Wydłużanie trwania życia wiąże się nieuchronnie z pogarszaniem się sprawności ludzi, którzy coraz częściej wymagają wsparcia i opieki rodziny**.** Opieka nad osobą leżącą nie jest prosta,wymaga codziennej pielęgnacji oraz rehabilitacji. Poniżej podaję kilka zasad na temat tego, co trzeba wiedzieć, aby móc dobrze opiekować się osobą w stanie leżącym.

1. **Pielęgnacja skóry.**

Skóra u osób leżących jest wrażliwa, podatna na infekcje oraz odleżyny. Należy o nią dbać w szczególny sposób, powinna być czysta, sucha i nakremowana. Do pielęgnacji skóry osób leżących są specjalne mydła, kremy, które są delikatne dla skóry oraz chronią przed czynnikami szkodliwymi.

TENA® Skincare

Together we make a difference

2. **Zapobieganie odleżynom.**

Odleżyny powstają tam, gdzie skóra ma kontakt z podłożem twardym. Celem uniknięcia ich należy często zmieniać pozycję osoby leżącej, jak również stosować wszelkiego rodzaju udogodnienia w postaci krążków,materacy przeciwodleżynowych,czy poduszek pneumatycznych. Stopień i rozmiar odleżyn zależy w późniejszym czasie tylko i wyłącznie od opiekuna, dlatego warto zachować jak najlepszą opiekę.

3. **Karmienie osoby leżącej.**

Karmimy osobę powoli, a podczas pojenia chorego stosujemy słomkę lub kubek dla dzieci,który uniemożliwia polanie się płynami.

4. **Nietrzymanie moczu** – osoby przewlekle chore mogą mieć problem z nietrzymaniem moczu i kału,dlatego na materac należy położyć jednorazowe nieprzemakalne prześcieradło lub podkład. Są też podkłady z podgumowanej flaneli, które można prać w pralce.

Raz w miesiącu, w ramach refundacji NFZ, pacjent może kupić 60 sztuk wyrobu higienicznego, np. pieluchomajtek lub pieluch anatomicznych. Refundacji podlegają pieluchomajtki, pieluchy anatomiczne, wkładki urologiczne oraz pieluchy dla dzieci. Odpłatność wynosi 30 procent. Należy pamiętać by rozmiar pampersa był dobrany odpowiednio do potrzeb. Źle dobrany może obniżyć komfort pacjenta, podrażnić skórę i może powodować odparzenia i odleżyny. Wygodnymi pampersami są pieluchomajtki,które są szybkie i łatwe do wymiany ,jak i dają komfort psychiczny.

Osoby, które kontrolują swoje potrzeby fizjologiczne, ale mają kłopoty z poruszaniem się, chętniej niż z pieluchomajtek korzystają z basenu i tzw. kaczki.

Chodzących podopiecznych ,należy zachęcać do korzystania z normalnej toalety, którą można wyposażyć w uchwyty ułatwiające siadanie i wstawanie z sedesu. Może się też przydać nakładka na sedes, dzięki której będzie on wyższy niż zwykle.

Innym rozwiązaniem jest krzesło sanitarne, które zamiast siedziska ma nakładkę sedesową, a pod nią zbiornik. Jeśli tylko jest to możliwe, korzystajmy z takich rozwiązań, aby chory najbardziej intymne czynności mógł wykonywać samodzielnie. Ma to ogromne znaczenie dla jego psychiki.

6. **Wietrzenie pomieszczenia.**

Zalecane jest wietrzenie pomieszczenia , w którym przebywa osoba leżąca. W tym celu należy porządnie przykryć chorego ,aby uniknąć przeziębienia. Jeżeli chory jest na tyle sprawny by go przenieść na wózek ,dobrze jest zrobić to i przysunąć chorego do okna. Zmiana pozycji jak i dotlenienie poprawią nastrój chorego.

7. **Wymiana cewnika**

Wymiana powinna następować zawsze co 2 tyg. Zmieniać cewnik powinna pielęgniarka, położna lub lekarz. Opiekun opróżnia jedynie worek z moczem ,dlatego też dobrze jest założyć zeszyt diurezy, gdzie wpisuje się ilość moczu , barwę. Wszelkie odchylenia od normy mogą świadczyć o rozpoczynającej się infekcji.

8. **Dbałość o higienę jamy ustnej.**

Infekcje jamy ustnej są nieodzowne u osób leżących, którzy borykają się z niską odpornością. Ważna jest higiena jamy ustnej , przez płukanie jej płynami do płukania jamy ustnej , mycie zębów lub protezy.

9. **Kąpiel w wannie.**

Większość osób starszych nie lubi kąpieli, boi się ich ,dlatego ważne jest zapewnienie komfortu oraz intymności. Możemy skorzystać z ławki wgłębnej do wanny ,która zapewni nam bezpieczną kąpiel nawet dla osób z ograniczeniami ruchomości stawów kolanowych i biodrowych. Kolejną pomocą, którą możemy zastosować w łazience jest uchwyt łazienkowy. Uchwyt wyróżnia się bardzo wytrzymałą konstrukcją. Posłuży on do asekuracji i wspomagania osób niepełnosprawnych, zmagających się z problemami motorycznymi oraz pacjentami geriatrycznymi.

Przydatne materiały dla pacjenta:

http://azmmedical.pl/oferta/fotele-sanitarne-nasadki-na-sedes-kaczki.html

http://azmmedical.pl/oferta/materace-przeciwodlezynowe-poduszki-krazki.html

http://azmmedical.pl/produkt/cewniki-foley.html

http://azmmedical.pl/oferta/artykuly-sanitarne.html

Opracowała: Jolanta Nowak

Bibliografia:

Jańczuk, Z.(2016).*Zasady pracy przy leżącym pacjencie.* Warszawa: Wydawnictwo Kwintesencja.

Strugała, M.(2013).*Rehabilitacja i pielęgnowanie osób niepełnosprawnych*. Warszawa: Wydawnictwo PZWL.