

Mycie ciała

Cel i znaczenie mycia chorego

- Utrzymanie chorego w czystości
- Pobudzenie funkcji skóry
- Pobudzenie krążenia obwodowego
- Poprawa samopoczucia chorego
- Wyrabianie u chorych trwałych nawyków higienicznych
- Obserwacja chorego
- Nawiązanie kontaktu i bliższe poznanie chorego

Mycie w łóżku

- W łóżku myjemy tylko tych pacjentów, którzy ze względu na stan zdrowia lub z przyczyn medycznych nie mogą opuszczać łóżka.

- Myjąc pacjenta w łóżku, należy pamiętać, aby w sali zgromadzić sprzęt do mycia
 - przybory do mycia zębów i jamy ustnej,
 - przybory do golenia dla mężczyzn,
 - grzebień,
 - mydło,
 - 3 myjki,
 - 2 ręczniki,
 - 2 miski,
 - dzbanki na wodę
 - i basen ;

Mycie w łóżku

- zamknąć okna,
- zagwarantować na sali temperaturę nie niższą niż **22°C**,
- w sali wieloosobowej osłonić łóżko parawanem;
- wyjaśnić pacjentowi kolejno wykonywane czynności i zachęcać do współpracy;
- zabezpieczyć pościel i bieliznę osobistą przed zalaniem wody;
- umyć ręce przed myciem i po myciu chorego, założyć rękawiczki;
- przestrzegać kolejności mycia ciała oraz kierunku mycia - od części bardziej czystszych po brudniejsze;
- zmieniać wodę do mycia zawsze, gdy jest brudna lub zbyt chłodna, i zawsze przed myciem krocza;
- na koniec posprzątać sprzęt i umyć ręce.

Mycie w łóżku

Jeżeli stan pacjenta umożliwia częstą zmianę pozycji ciała i jeśli współpracuje on z nami, mycie całego ciała pacjenta w łóżku wykonywane jest w określonej kolejności

Mycie w łóżku

Kolejność wykonywania czynności przy toalecie całego ciała:

- mycie zębów, toaleta jamy ustnej,
- golenie (u mężczyzn)
- mycie oczu i twarzy,
- mycie uszu,
- mycie szyi,
- mycie dekoltu,
- mycie klatki piersiowej,

Mycie w łóżku

Kolejność wykonywania czynności przy toalecie całego ciała:

- mycie kończyn górnych,
- mycie brzucha
- mycie pleców,
- mycie pośladków
- mycie kończyn dolnych,
- mycie krocza (podmywanie),
- czesanie,
- czyszczenie paznokci.

Toaleta jamy ustnej

Do utrzymania właściwej higieny jamy ustnej potrzebne są:

- pasta z fluorem ;
- szczoteczka, która powinna być wykonana ze sztucznego włosa o zaokrąglonych końcówkach;
- szczoteczkę należy wymieniać co 3 miesiące i po każdej infekcji w obrębie jamy ustnej i gardła;
- wykałaczki ;
- nici dentystyczne ;
- woda lub płyny do płukania;
- kubek do płukania;
- miska nerkowata do popłuczyn dla tych pacjentów, którzy zęby myją w łóżku.

Przebieg toalety jamy ustnej i zębów:

- przygotowany sprzęt ustawić na szafce przy łóżku;
- osłonić ręcznikiem klatkę piersiową i szyję pacjenta;
- pomóc wymyć zęby i język (lub wyczyścić protezę zębową) bądź wykonać te czynności za pacjenta;
- podać płyn do płukania, przytrzymać miskę nerkowatą pod brodą;
- wyłączyć popłuczyny miski nerkowatej do zlewu;
- po wymyciu jamy ustnej wytrzeć pacjentowi usta; jeżeli usta są wyschnięte i spękane, posmarować je wazeliną lub innymi preparatami natłuszczającymi.

Przebieg toalety jamy ustnej i zębów:

Każdy pacjent powinien mieć własne przybory i dbać o higienę jamy ustnej samodzielnie; jeżeli jest przytomny, ale niesamodzielny, w koniecznym zakresie pomaga mu opiekun.

U pacjentów nieprzytomnych lub ze schorzeniami w obrębie jamy ustnej toaletę jamy ustnej wykonuje pielęgniarka

Przebieg toalety jamy ustnej i zębów:



Mycie oczu, twarzy i uszu

Należy kolejno wykonać następujące czynności:

- pomóc pacjentowi zdjąć koszulę albo górę od piżamy;
- pod głowę na poduszce rozłożyć ręcznik;
- zwilżoną w czystej wodzie myjkę przemyć oczy, rozpoczynając od dalszego oka i myjąc od zewnętrznego kącika oka do wewnętrznego kącika;
- twarz umyć namydloną myjką w kolejności: czoło, zewnętrzny policzek, nos, bliższy policzek, broda, okolica pod nosem, następnie w tej samej kolejności zmyć czystą wodą;
- przetrzeć uszy;
- wytrzeć twarz i uszy ręcznikiem.

Ułóż ręcznik przeznaczony do górnej części ciała pod głową podopiecznego.
Namocz gaziki i przetrzyj oczy chorego, zaczynając od zewnętrznego kącika
do wewnętrznego.



Lekko namydloną myjką umyj twarz chorego, delikatnie osusz ręcznikiem, następnie umyj uszy oraz szyję i kark, osusz ręcznikiem.



Mycie szyi



Mycie oczu, twarzy i uszu



Mycie kończyn górnych

- Odstawiamy kończynę górną dalszą, podkładamy pod nią ręcznik, który układamy wzdłuż tułowia tak by osłonić bieliznę pościelową.
- Stawiamy miskę z wodą na ręczniku i jeśli to możliwe zanurzamy dłoń pacjenta w wodzie.



Mycie kończyn górnych

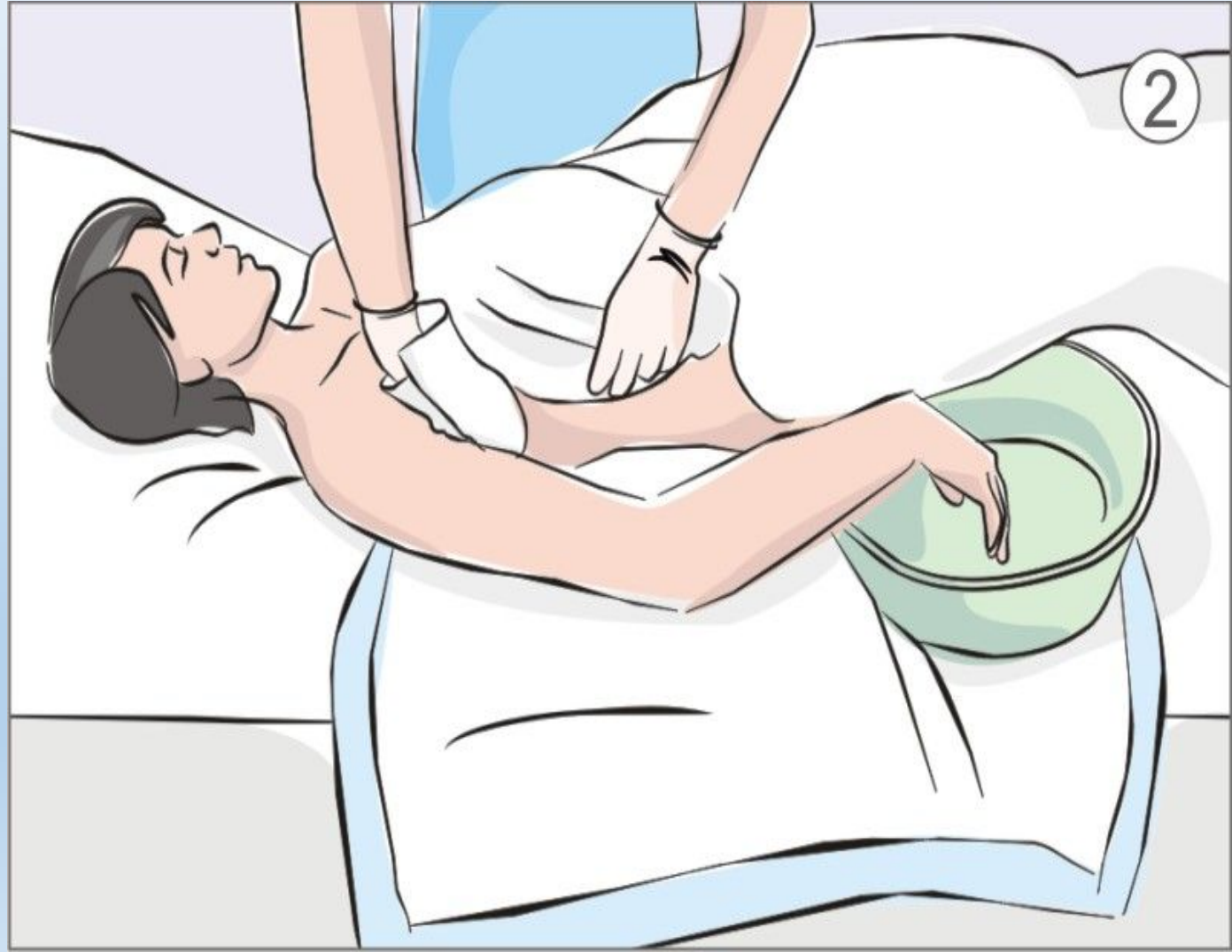
□ Namydloną myjką myjemy kolejno: **po stronie zewnętrznej:**

- przedramię,
- ramię,

Następnie po stronie wewnętrznej

ramię i przedramię

- pachy
- dłoń,
- zmywamy czystą wodą
- czyścimy szczoteczką paznokcie, następnie wycieramy, pamiętając o dokładnym osuszeniu okolic między palcami.



Jeśli istnieje taka konieczność, obetnij paznokcie po podłożeniu pod dłońie ręcznika jednorazowego lub miski nerkowatej. Wygładź obcięte paznokcie pilniczkiem.



Mycie kończyn górnych

- zsuwamy miskę w dół łóżka,
- rękę układamy na ręczniku
- i odstawiamy miskę z wodą na krzesło,
- rękę osuszamy ręcznikiem,
- a następnie przykrywamy wierzchnim przykryciem.
- W taki sam sposób myjemy drugą rękę.

Mycie kończyn górnych



Mycie pleców, pośladków

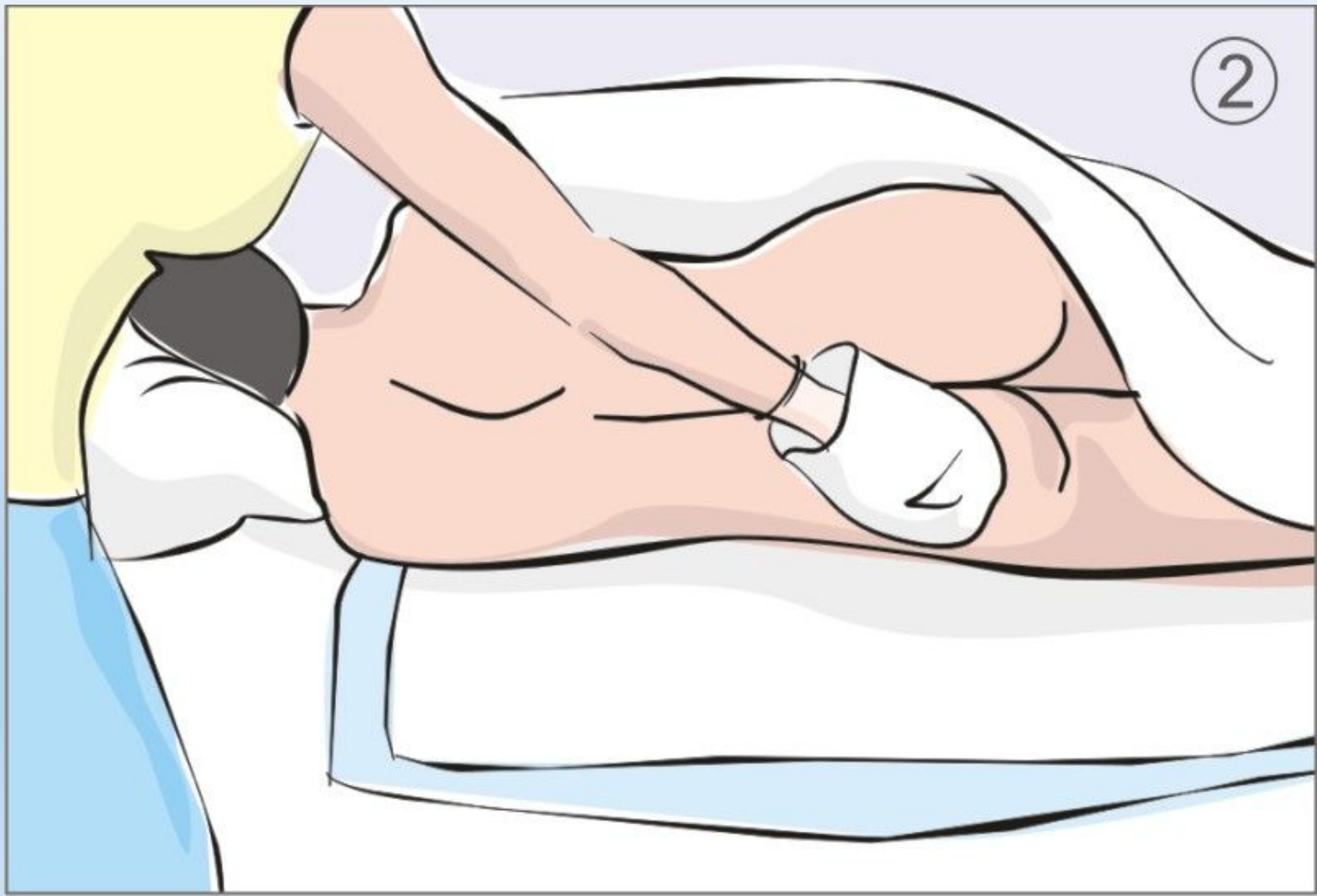
□ Zdejmujemy pacjentowi spodnie, odkładamy część wierzchniego przykrycia i odwracamy pacjenta na bok.

□ Bierzemy ręcznik przeznaczony do wycierania dolnej części ciała i układamy wzdłuż pleców i pośladków chorego.



Mycie pleców, pośladków

Umyj plecy i pośladki,
a na końcu
szparę pośladkową.



Osusz dokładnie skórę pleców i pośladków.



Mycie pleców, pośladków

- Szparę pośladkową myjemy jednorazową myjką (dodatkową), jednorazową nawilżaną chusteczką lub wielorazową myjką ale przeznaczoną tylko do tego celu,
- Zmywamy plecy i pośladki czystą wodą.
- Następnie dokładnie suszymy i oceniamy stan skóry, także w szparze pośladkowej.
- Nacieramy skórę pleców oliwką lub kremem pielęgnacyjnym i lekko oklepujemy (około 3 minut).
- Szczególną uwagę zwracamy na miejsca narażone na ucisk.
- Przed odwróceniem pacjenta na plecy wkładamy rękaw piżamy i okrywamy nią plecy, czynność ubierania kończymy po ułożeniu pacjenta na plecach.

Mycie pleców, pośladków



Mycie nóg

- Następnie przystępujemy do mycia nóg.
- Odsłaniamy nogę odsuwając lekko wierzchnie przykrycie, i wzdłuż niej układamy ręcznik.
- Na ręczniku stawiamy miskę z wodą.
- Namydlamy myjkę, wyciskamy i przewieszamy na brzegu miski.
- Unosimy i zginamy kończynę w stawie kolanowym w stopniu umożliwiającym mycie. Stopę pacjenta wkładamy do miski, ale tylko w sytuacji gdy jest to możliwe z uwagi na stan pacjenta (brak przykurczów, niedowładów, zniekształceń kostnych, ran itp.).

Mycie nóg

- Bierzemy do ręki myjkę i myjemy przednią i tylną część nóg w kolejności:
 - stopa,
 - podudzie,
 - udo,
 - pachwina.
- S płukujemy myjkę, wyciskamy lekko i zmywamy mydło.
- Przesuwamy miskę z wodą prawą ręką w dół łóżka, a lewą ręką układamy nogę pacjenta na ręczniku.
 - Odstawiamy miskę na krzesło i osuszamy umytą nogę zwracając szczególną uwagę na osuszenie przestrzeni między palcami.
 - Podobnie myjemy i w tej samej kolejności drugą

Mycie nóg:



Mycie nóg



Mycie krocza (podmywanie)

- Zabezpieczamy łóżko dodatkowym podkładem foliowym.
- Nalewamy do miski i do dzbanka ciepłą wodę, sprawdzamy temperaturę wody (powinna wynosić ok 40 st. C).
- Pomagamy chorej zgiąć nogi w kolanach i ustawiamy je w odwiedzeniu.
- Jeżeli sprawność pacjentki jest wystarczająca by sama się podmyła to jej w tym pomagamy – zakładamy na rękę pacjentki namydloną myjkę, w trakcie podmywania polewamy krocze pacjentki wodą z dzbanka.
- Zdejmujemy myjkę z ręki pacjentki i podajemy jej ręcznik by się wytarła.
- Wyjmujemy spod pacjentki waniankę i odstawiamy ją na taboret oraz usuwamy foliowy podkład ochronny.
- Zakładamy spodnie pizamy i okrywamy wierzchnim okryciem.

Mycie krocza (podmywanie)

- Zabezpieczamy łóżko dodatkowym podkładem foliowym.
- Nalewamy do miski i do dzbanka ciepłą wodę, sprawdzamy temperaturę wody (powinna wynosić ok 40 st. C).



Mycie krocza (podmywanie)

- Pomagamy chorej zgiąć nogi w kolanach i ustawiamy je w odwiedzeniu.



Mycie krocza (podmywanie)



Mycie krocza (podmywanie)

- Jeżeli chora nie może się podmyć, to mycie krocza wykonujemy w kolejności:
 - pachwinę dalszą i bliższą,
 - spojenie łonowe,
 - następnie myjemy jednym ruchem zewnętrzne narządy płciowe w kierunku od spojenia łonowego do odbytu.
- Spłukujemy krocze i zewnętrzne narządy płciowe pacjentki wodą z dzbanka i w trakcie osuszania sprawdzamy czy nie ma stanu zapalnego (zaczerwienie, obrzęk) na błonach śluzowych i skórze

Mycie głowy

- ❑ Mycie głowy w łóżku wykonujemy u pacjentów, którzy nie mogą opuścić łóżka i samodzielnie umyć włosów w łazience.
- ❑ Mycie włosów w łóżku można wykonać, wykorzystując specjalnie do tego celu skonstruowaną miskę.
- ❑ Przed przystąpieniem do mycia głowy należy przygotować:
 - wanienkę do mycia włosów lub miskę;
 - zbiornik z czystą, ciepłą wodą w ilości wystarczającej do dokładnego spłukania włosów;
 - wiadro na zużyta wodę;

Mycie głowy

- Jeśli chory leży na łóżku z podniesionym wezgłowiem należy je opuścić
- Unieść chorego. Położyć podkład na prześcieradle na wezgłowiu łóżka, ręcznikiem osłonic ramiona i plecy chorego,
- Delikatnie rozczesać włosy choremu,
- Zwinąć poduszkę i wsunąć ją pod barki chorego, co zapewni mu lepsze podparcie i odciąży jego kark.
- Położyć miskę na podkładzie pod głową chorego. Jeśli chory nie jest w stanie utrzymać głowy, poprosić drugą osobę o pomoc w jej podtrzymaniu,
- Nałożyć niewielką ilość szamponu i myć włosy, masując skórę głowy opuszkami palców. Spłukać starannie szampon wodą z dzbanka.

Mycie włosów



Mycie głowy z użyciem miski



Mycie głowy

- Pomóc choremu usiąść (jeśli nie może siedzieć samodzielnie podtrzymać go lub poprosić, by podtrzymał się drabinki rehabilitacyjnej), włosy zabezpieczyć suchym ręcznikiem,
- zabezpieczyć poduszkę suchym ręcznikiem, ułożyć chorego tak, żeby leżał w wygodnej pozycji
- Ostrożnie rozczesać i wysuszyć włosy chorego,

Kąpiel w wannie

W zwykłej wannie może kąpać się osoba, która

- samodzielnie się porusza,
- może opuszczać łóżko,
- samodzielnie wejść i wyjść z wanny
- oraz samodzielnie się umyć

Kąpiel w wannie

- Przed kąpielą należy wyczyścić i zdezynfekować wannę
- położyć w niej matę antypoślizgową.
- zamknąć okno
- ogrzać pomieszczenie do temperatury co **najmniej 22°C**.
- Przed wejściem pacjenta do wanny nalewa się wodę do 1/3 jej wysokości i sprawdza, czy sprawny jest dzwonek alarmowy, który powinien znajdować się w zasięgu ręki pacjenta.
- W czasie kąpieli należy dbać o bezpieczeństwo pacjenta i nie pozwalać na zamykanie drzwi od wewnątrz.

Kąpiel w wannie

- Kąpiel zazwyczaj trwa 15-20 minut i kończy się spłukaniem ciała bieżącą wodą.
- Po osuszeniu i założeniu czystej bielizny osobistej pacjent powinien przejść (być przewieziony) na salę i odpocząć chwilę, leżąc w łóżku.
- Po każdej kąpieli wannę należy wyczyścić i zdezynfekować.

Wózko wanna



Łóżko wanna

- Łazienki powinny być dostosowane do potrzeb osób niepełnosprawnych. Poza protezami i podnośnikami mogą dodatkowo posiadać specjalne wyposażenie ułatwiające kąpiel pacjenta niesprawnego, np. wanna z drzwiczkami bocznymi, siedzisko wannowe obrotowe, podnośnik wannowy czy też łózkowanna lub wózkowana

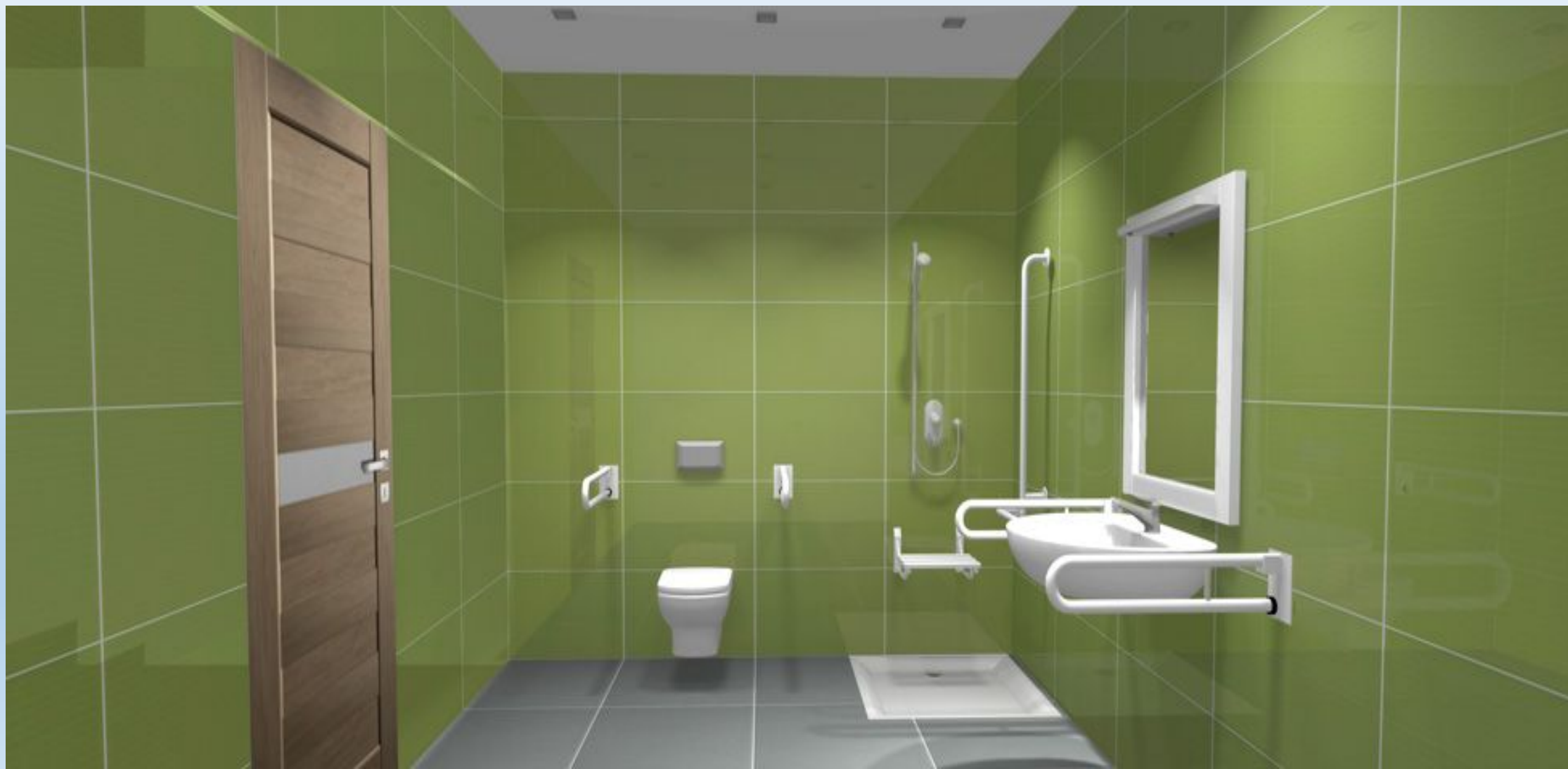


Podnośnik dla niepełnosprawnych





Łazienka dla niepełnosprawnych



Natrysk

- Pod natryskiem, w kabinie, mogą myć się pacjenci samodzielnie chodzący i dostatecznie silni.
- Kąpiel w wannie lub pod natryskiem zaleca się wykonać przynajmniej **2 godz. po posiłku**
- Kabina, którą po każdym myciu odkaża się zaleconymi preparatami, powinna być wyposażona w uchwyty, w matę antypoślizgową i dzwonek sygnalizacyjny.
- Natomiast pozostali pacjenci mogą korzystać z natrysku, pod warunkiem że jest on dostosowany do potrzeb osób niepełnosprawnych, tzn. że nie ma w nim kabiny i brodzika i można wjechać pod prysznic wózkiem.

Natrysk

- W tak przygotowanym pomieszczeniu powinny być także zamontowane uchwyty, które pomogą pacjentowi unieść się przy podmywaniu. Przestrzeń jednego stanowiska prysznicowego powinna umożliwiać swobodne działanie opiekuna z wykorzystaniem sprzętu wspomagającego oraz łatwy dostęp do sygnalizacji przywołującej, gdyby pacjent nagle zasłabł lub potrzebował pomocy dodatkowych osób.
-



Zadania opiekuna

❑ Przygotowanie łazienki/stanowiska prysznicowego

- odkażenie,
- wietrzenie,
- uregulowanie temperatury wody

❑ Pomoc w skompletowaniu przyborów

- środków myjących,
- ręczników,
- obuwia ochronnego,
- czystej bielizny osobistej;

❑ Pomoc pacjentowi niesamodzielnemu w myciu głowy i ciała oraz w wybieraniu się i ubieraniu.

Kolejność mycia I ETAP

U pacjentów, którzy wymagają rzadszych zmian pozycji ciała

Toaleta całego ciała dzieli się na 3 etapy:

1. Toaleta jamy ustnej, która obejmuje: mycie zębów i/lub protezy, języka oraz wewnętrznej powierzchni jamy ustnej. Należy sprawdzać, czy nie ma zmian chorobowych lub uszkodzeń dziąseł. Proteza powinna być wyjmowana i myta po każdym jedzeniu; zęby należy myć co najmniej dwa razy dziennie - rano i wieczorem.
2. Golenie mężczyzn.
3. Mycie oczu, twarzy i uszu.
4. Mycie szyi i klatki piersiowej.
5. Mycie kończyn górnych.
6. Mycie brzucha.
7. Mycie przedniej i tylnej powierzchni kończyn dolnych.

Kolejność mycia I etap

U pacjentów, którzy wymagają rzadszych zmian pozycji ciała

- ❑ Zmienić wodę w misce;
- ❑ pacjenta należy położyć na boku, a wzdłuż ciała ułożyć ręcznik.

8. Mycie pleców.

9. Mycie pośladków.

Miskę należy odstawić na bok w celu późniejszego opróżnienia, umycia i zdezynfekowania.

Do zbiornika na brudną bieliznę wkłada się użytą myjkę. Następnie należy zdjąć i wyrzucić rękawiczki.

W dalszej kolejności opiekun zakłada pacjentowi górną część piżamy oraz ściele łóżko po stronie, na której nie leży pacjent, następnie układa pacjenta na wznak i kończy zakładanie piżamy.

Kolejność mycia II etap

U pacjentów, którzy wymagają rzadszych zmian pozycji ciała

Drugą miskę z czystą wodą należy postawić na taborecie obok łóżka na poziomie podbrzusza.

Opiekun zakłada rękawiczki oraz bierze czystą myjką i wykonuje

1. Mycie krocza i genitaliów.
2. Zakładanie pieluchomajtek, cewników zewnętrznych lub innych środków pomocniczych.
3. Zakładanie dolnej części pizamy.
4. Dokończenie ścielenia łóżka.

Kolejność mycia III etap

U pacjentów, którzy wymagają rzadszych zmian pozycji ciała

1. Czesanie włosów.

2. Obcinanie paznokci, średnio raz na dwa tygodnie.

Opiekunowie medyczni obcinają tylko paznokcie bez zmian patologicznych. Pielęgnacja stop pacjentów z cukrzycą i obcinanie chorobowo zmienionych paznokci należy do kompetencji pielęgniarek.

3. Przesłania łóżka u pacjentów obłożnie chorych dokonuje się w trakcie zmiany pozycji ciała, podczas mycia lub zabiegów higienicznych, np. przy zmianie pieluchomajtek.

Kolejność mycia III etap

U pacjentów, którzy wymagają rzadszych zmian pozycji ciała

Kolejność wykonywania różnych czynności podczas mycia całego ciała w łóżku zależy od stanu zdrowia pacjenta, ale także stopnia jego czystości.

Jeżeli pacjent jest zanieczyszczony, to najpierw należy umyć pośladki pacjenta i podmyć go.

Mycie głowy

- podkład z folii do osłonięcia poduszki i miejsca pod wanienkę/miskę;
- 2 ręczniki; jeden do osłonięcia szyi i barków, drugi do osuszenia włosów; szampon do mycia włosów;
- grzebień lub szczotkę do rozczesania włosów;
- suszarkę do włosów

Mycie głowy

Mycie włosów przy wykorzystaniu wanienki/miski do mycia głowy

- przygotowanie sprzętu;
- przygotowanie sali - zamknięcie okna, zagwarantować optymalną temperaturę, nie niż 22°C;
- informowanie pacjenta o kolejno wykonywanych czynnościach;
- ułożenie pacjenta w pozycji na wznak na zwiniętej poduszce umieszczonej na wysokości łopatek;
- poduszkę i materac należy osłonic podkładem z folią,
- pod głowę pacjenta umieścić wanienkę/miskę,
- koniec odpływu z wanienki/miski umieścić w wiadrze stojącym na podłodze

Mycie głowy

Mycie włosów przy wykorzystaniu wanienki/miski do mycia głowy

- owionięcie ręcznikiem szyi i barków pacjenta;
- rozczesanie,
- spłukanie włosów wodą z dzbanka, osłaniając twarz i uszy chorego;
- nakładanie na włosy rozcieńczonego w dłoni szamponu, dokładne rozprowadzenie szamponu na włosach, połączone z masażem skóry głowy;
- dokładne spłukanie włosów

Dziękuję za uwagę