



# Что нужно для гигиены лежачего больного:

- Ванна: обычная, надувная или складная.
- Защитные простыни, клеенки и тазы с теплой водой для мытья в постели;
- Полотенца, салфетки, ватные диски;
- Губки и махровые салфетки;
- Мягкие и гипоаллергенные шампунь и мыло, средство для интимной гигиены, зубная паста и щетка, несмываемые пенки и средства, средство для бритья и бритва;
- Крем для увлажнения и защиты кожи;
- Плед или одеяло.



# Как помыть человека в постели

- Если больному хочется в туалет, перед купанием ему нужно помочиться и опорожниться.
- В помещении, где будут мыть человека, должно быть тепло. Температура **+22-23 градуса**. Не должно быть сквозняков – окна надо закрыть.
- Смочить губку для туловища и рук. Протереть лицо и шею, удалить лишнюю влагу полотенцем сразу же.
- По отдельности мыть каждую часть тела, протирая губкой с моющим средством и затем чистой влажной губкой.
- Каждую помытую часть тела нужно аккуратно промокать и накрывать полотенцем. Помыв и накрыв одну часть тела, переходить к другой.
- После того как все тело будет вымыто, его можно обработать кремом.
- Если человека моют в надувной или раскладной ванне, можно пользоваться лейкой для душа, которая значительно облегчит мытье тела.

- Если больной может определенное количество времени находиться в сидячем положении, мытье головы облегчается.
- Человека можно посадить в ванну или в инвалидное кресло/на стул, опустив голову в раковину.
- Если больной не может передвигаться, используют специальную подставку под голову со сливом.
- Нужно защитить кровать пленкой, поместить подставку под голову, а рядом поставить ведро, куда из слива будет стекать использованная вода.
- Для **коротких волос** периодически можно использовать сухой шампунь. Сначала нужно расчесать волосы, затем опрыскать, начиная с корней. Немного помассировать и тщательно вычесать шампунь, вместе с которым удалится грязь.
- Возможен следующий вариант. Поместить клеенку под голову. Рядом с постелью поставить таз с теплой водой, развести в ней немного шампуня. Окунуть в таз полотенце, отжать и с помощью него помыть волосы. Затем таким же образом ополоснуть волосы чистой водой.
- **Длинные волосы** удобнее всего мыть в раковине. Разместить подставку под голову, на нее – пряди. Отдельно промыть корни и пряди.
- После мытья волос голову оборачивают мягким полотенцем, сушат и досушивают уже феном.

# Как постричь ногти.

- *Причины изменения ногтей на ногах*
- Грибковое поражение
- Псориаз.
- Чешуйчатый лишай.
- Нарушенный кровоток в ногтевом ложе.
- Плоскостопие и травмы.
- Регулярные контакты с химикатами.
- Хронические болезни, нарушение обмена веществ.
- Ношение узких или некомфортных туфель.
- Накопление солей в организме с возрастом.
- Стресс и нарушения в рационе питания.

Э

- эмоциональная холодность, отсутствие  
Относиться к этому как к симптому  
болезни  
Подробнее на сайте  
пансионатов

"Дача": <https://dacha-pansionats.ru/blog/kak-uhazhivat-za-pozhilym-chelovekom>

Особенность пожилого	Как вести себя
Невнимательность	Говорить короткими фразами, повторять
Страх	Сохранять спокойствие, успокаивать

## ПРОЦЕСС РАЗВИТИЯ ГРИБКА НОГТЕЙ



ЗДОРОВЫЕ НОГТИ  
С РОЗОВЫМ ОТТЕНКОМ

ЖЕЛТЫЕ  
ОБЕСЦВЕЧЕННЫЕ НОГТИ

ЖЕЛТЫЕ, ЛОМКИЕ И  
КРОШАЩИЕСЯ НОГТИ



- Салициловая мазь. 5%-ную мазь накладывают после ножной ванны дважды в день с утра и вечером, а сверху – повязку, которую держат час.
- Ихтиоловая мазь или Мазь Вишневского –при гнойниках и вросших ногтях.
- Витаминный крем. Можно взять любой питательный крем с жирной основой, добавить 1 чайную ложку оливкового масла, витамины А и Е.
- Мазь Уродерм. Действующее вещество мочевины смягчает ороговевшие части.
- Канеспор. Ногтивит. Ногтимицин.
- Ультра-питающий гель. Экзодерил. Препарат Scholl .Лак Лоцерил.

# Профилактика:

- Раз в неделю полезно делать ванны для ног с травами.
- Заниматься педикюром как минимум раз в два-три месяца у хорошего специалиста.
- Не обрезать ногти слишком коротко и стричь их по прямым линиям, при этом не обрезая концы.
- Для стрижки применять инструменты: клиперсы или кусачки.
- Пожилым людям нельзя прибавлять соль в раствор – она делает ногти жестче.
- не стричь грубые и толстые ногтевые пластины, предварительно их не распарив. Сухие ногти могут потрескаться или оторваться.
- Насухо протирать ноги после душа.
- Не мерить и не надевать туфли другого человека. Носить свою удобную обувь на низкой подошве.
- Регулярно менять носки.
- Следить за чистотой своей обуви, при необходимости обрабатывать антибактериальными средствами.
- Чтобы ногти были здоровыми, нужно использовать комплексное лечение: лосьон/мазь и препарат для внутреннего приема.
- нужна тщательная гигиена и использование ванночек.

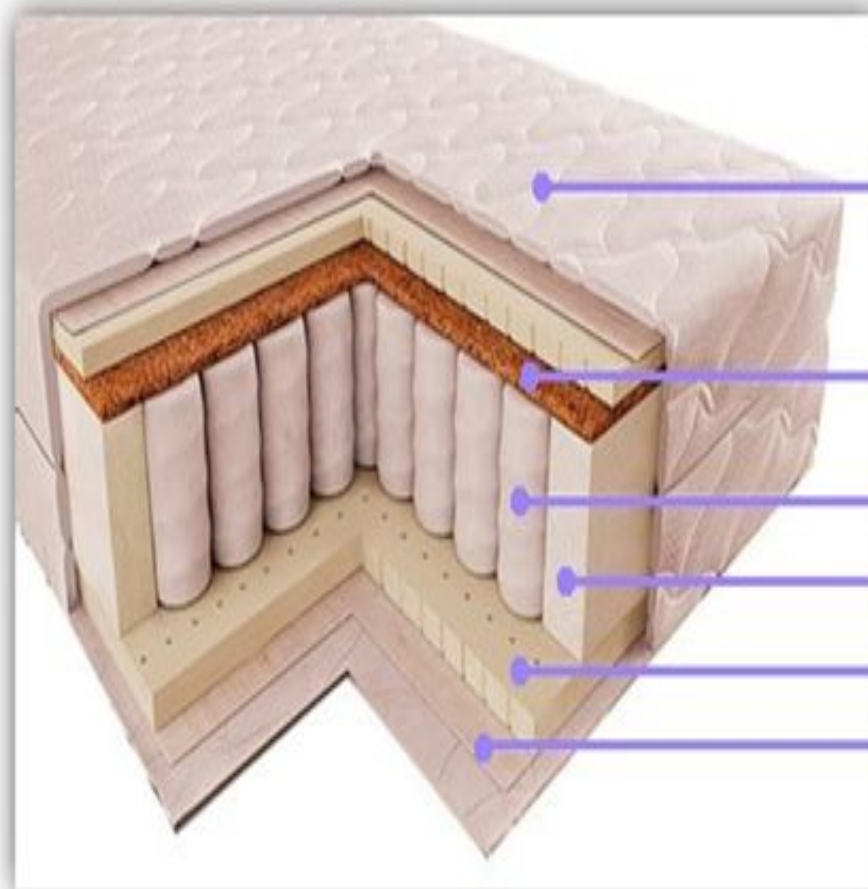
# Модели матрасов и их наполнители

- Латексные изделия
- Пружинные блоки
- Пружинные блоки
- отдельные пружины в отдельных резервуарах на 260 единиц.
- Мемориформ Материал представляет собой «запоминающую пену», которая принимает естественную форму тела спящего, обволакивая его со всех сторон.
- Двусторонний матрас
- Противопрележневый матрас
- Статичные для людей, которые регулярно поднимаются с постели. Если человек полностью лежащий, динамичный матрас

# Качества хорошего матраса для ПОЖИЛОГО

- Для основы лучше выбрать блок из независимых пружин. Чем больше пружин содержится в 1 кв м, тем лучше ортопедические свойства изделия.
- Верхним слоем наполнения можно выбрать пенополиуретан с эффектом памяти или натуральный латекс.
- Функциональность. Важные качества: гигроскопичность, гипоаллергенность, подходящий уровень жесткости, удобство чистки, дополнительные функции.
- Размер изделия должен соответствовать размерам кровати и тела человека.
- В длину изделие должно быть на 20 см больше роста человека, а в ширину – так, чтобы можно было расположить согнутые руки.
- Если у человека есть особенности здоровья, для которых нужно специально обустроить постель, их важно учитывать при выборе матраса.

# Внутреннее устройство пружинного матраца



чехол, может быть съемным  
или цельношитым.

верхние прослойки, придающие  
матрасу мягкость или жесткость

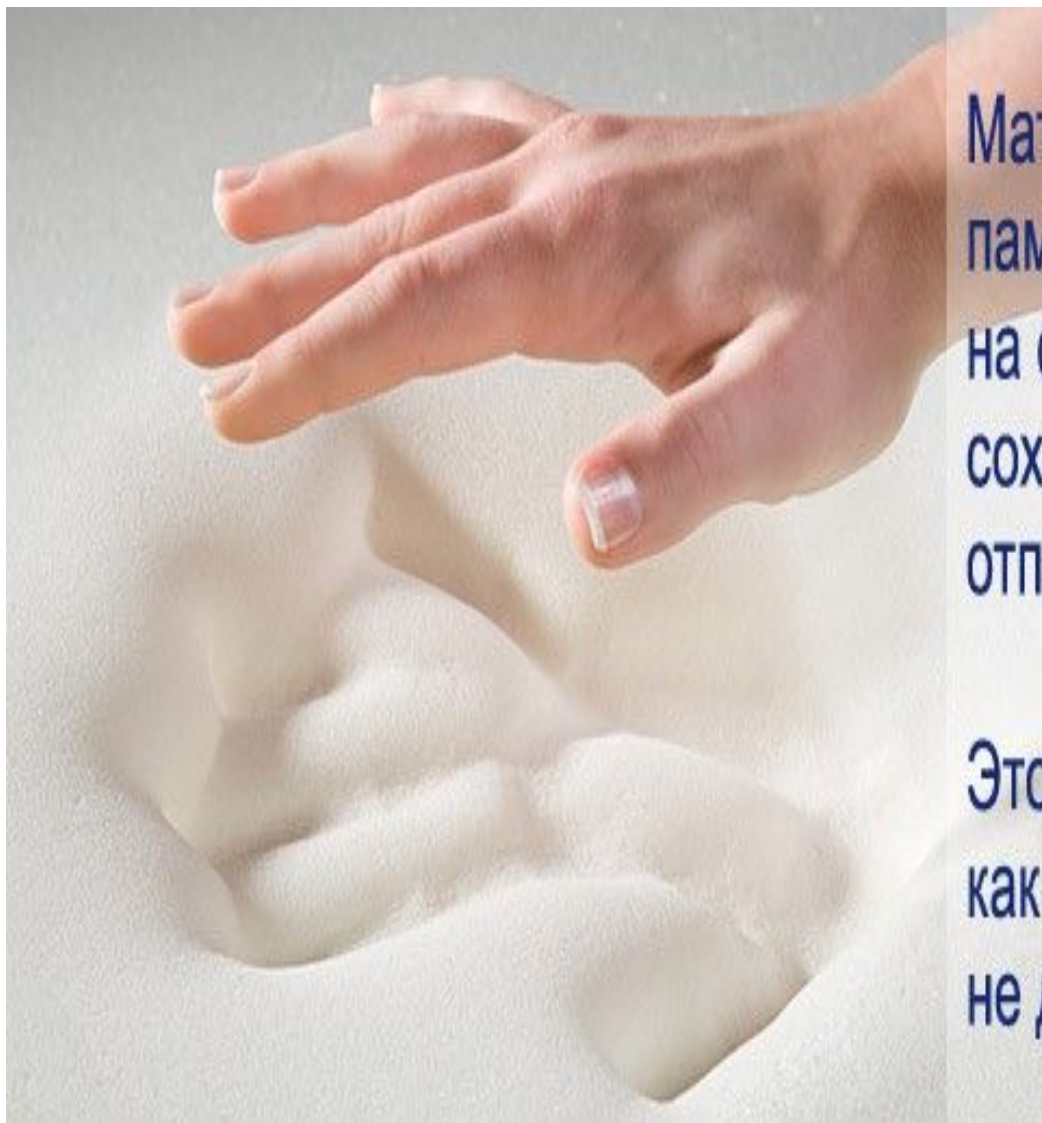
пружинный блок: зависимые или независимые пружины

боковина из пенополиуретана.  
к ней приклеивают верхний и нижий слои

прослойка с нижней стороны матраца

чехол





Материал с эффектом памяти после нажатия на секунду-другую сохраняет на себе отпечаток.

Это дает ощущение, как будто матрас не давит на ваше тело.