

Hygiena dospělého nemocného

Hygienická péče u klienta v nemocnici vychází z postupů, které denně vykonává zdravý člověk při dodržování hygieny.

Cíl osobní hygieny:

1. preventivní: např. hygiena dutiny ústní je účinnou prevencí zubního kazu, podpora polykání, zachování chuti k jídlu
2. léčebná - oblast

a) somatická: prevence zapaření kůže

b) psychická: klient se cítí dobře

c) společenská: vzájemná komunikace sestra – klient, klient – klient...

d) ekonomická: náklady na osobní hygienu nemocného jsou mnohem nižší, než následná léčba následků nesprávné péče

Sestra při osobní hygieně nemocného pečuje o: oděv klienta, ruce, dutinu ústní, kůži, nehty, vlasy, dále pak o fyziologické vyprazdňování moče a stolice. Péči v této oblasti je nutno provádět minimálně dvakrát denně, dále pak dle potřeby.

V oblasti hygieny rozeznáváme:

-Chodící nemocný: obstarává si hygienu sám, sestra kontroluje její správnost, případně může klientovi podat potřebné informace, radu.

-Chodící nemocný vyžadující pomoc: potřebuje odbornou asistenci, dohled sestry během hygieny (např. z důvodu krytí ran)

-Ležící pohyblivý nemocný: potřebuje asistenci sestry pro přípravu prostředí, pomůcek. Hygienu je schopen vykonat samostatně.

-Ležící nepohyblivý nemocný: sestra vykonává hygienu v plném rozsahu

Základní pomůcky pro hygienu nemocného:

- **Čistý oděv:** spodní prádlo, pyžamo, župan, lůžkoviny, ručníky – dle zvyklostí oddělení.

- Zubní kartáček, zubní pasta, ústní voda, mýdlo, šampón, hřeben, nůžky na nehty, žínky – nejlépe jednorázové, umyvadlo, emitní miska, gumová podložka, čtverce mulu, buničitá vata, kelímek, brčko, rukavice, nepromokavou zástěru dle potřeby a zvyklostí - přípravky ošetřující kůži, deodorant, pilník na nehty, pemzu.

V rámci hygieny pečlivě dbáme na to, aby ručníky a žínky byly používány odděleně na tvář, tělo a genitálie. Vhodné je jejich barevné odlišení a měnění po každé celkové koupeli.

- **Pomůcky k hygieně genitálu:** irigátor, podložní mísa, gumová podložka, čtverce mulu, emitní miska, močová láhev, rukavice.

Ose Dg. v souvislosti s hygienickou péčí

Sebepéče nedostatečná v oblasti hygieny v souvislosti s:

- Věkem
- Úrazem
- Neuromuskulární poruchou

Porucha integrity kůže v souvislosti s:

- Imobilitou
- Nadbytečnou výživou
- Únikem moče

Integrita tkání porušená v souvislosti s:

- Imobilitou
- Nedostatečnou výživou

Nedostatek vědomostí v souvislosti s:

- Léčebným režimem
- Nedostatkem zkušeností

Koupel klienta na lůžku

1. **Příprava prostředí:** v místnosti, kde je prováděna hygiena zavři okna a dveře, zajisti soukromí pro nemocného, zeptej se, zda nepotřebuje klient před hygienou na toaletu.
2. **Příprava vhodné polohy klienta:** zvedni zadní panel lůžka do vysoké polohy (umožňuje li to stav nemocného), odstraň přikrývku, nahraď ji vhodnou látkou pro dodržení intimity, svlékni klienta.
3. **Tvář:** umyj oči – na každé oko jiný roh žínky, pouze vodou, dobře je osuš – postupuj směrem od vnitřního koutku k zevnímu. Zeptej se klienta, zda si přeje mýt tvář mýdlem, či nikoli. Umyj a osuš krk a uši.
4. **Ramena a ruce:** podlož osušku pod horní končetinu. Vlož ruku do umyvadla, umyj celý zbytek horní končetiny směrem k rameni.
5. **Hrudník a břicho:** podlož gumovou podložkou s osuškou hrudník nemocného. Umyj a osuš hrudník, pozornost věnuj hlavně kožním záhybům.
6. **Dolní končetiny:** dbej, aby při mytí dolních končetin zůstalo zahalené perineum. Podlož gumovou podložkou a osuškou dolní končetinu. Vlož nohu do umyvadla, při mytí postupuj směrem od prstů ke stehnům. Opět dbej na řádné vysušení kožních záhybů.
7. **Záda:** vyměň vodu, pomoz nemocnému natočit se, podlož gumovou podložkou a osuškou záda. Umyj a osuš záda, hýždě, stehna. Dběj na minimální odkrývání těla klienta.

8. **Genitál:** umyj samostatně. Nemocný leží na zádech, má pokrčené dolní končetiny. Je li to možné, nech klienta, aby se umyl sám. Neumožňuje li to stav jedince, zajisti hygienu genitálu.

Ženy: při hygieně si všímej známek zánětu, otoku, výtoku. Nejprve omyj velké pysky, ty pak rozevři a pečlivě umyj záhyby mezi labia major a labia minor. Na každý pohyb použij nový kus mulu. Postupuj směrem od genitálií k rektu. Nakonec znovu opláchni celý genitál. Při hygieně genitálu je možno klientku umístit na podložní mísu.

Muži: umyj a osuš penis pevnými stěry. Zabrániš tak erekci. Stáhni předkožku a umyj žalud penisu. Přetáhni předkožku zpět. Nakonec umyj skrótum.

Provedenou koupel zaznamenej do dokumentace.

Koupel klienta ve vaně

Vanu naplň do 1/3 až 1/2 vodou o teplotě 43°C – 46°C. Pomez nemocnému dovnitř, případně použij vhodné pomůcky. Je li nemocný schopen sám, nech ho, at' se umyje, případně mu dopomoz. Při výstupu dbej na bezpečnost klienta. Asistuj, případně jej osuš, dále pak je li klient zvyklý používat deodoranty, krémy apod. zajisti tuto péči.

Masáž zad

Slouží k relaxaci, snížení napětí, stimulaci cirkulace krve ve tkáních a svalech. Při masáži si všímej začervenaní, poranění kůže, modřin. Použivej krémy, které jsou klientovi příjemné. Nejlepší polohou pro masáž je leh na vodorovné, pevné podložce. Použivej krouživé pohyby, postupuj směrem zdola k srdci. Kontraindikací masáže je probíhající zánět.

Pomůcky pro hygienu nemocného



Sprchový vozík



Pojíždňá sprchová židle



Sedačka do sprchy sklopná



Přenosná podpora na WC



Závěsná sedačka do vany



Vanový zvedák



Vana



Bazének na mytí hlavy



Irigátor