

# NPV → 1.LETNIK → 3.KONFERENCA

## UMIVANJE TELESA

Umivanje bolnika osveži in deluje terapevtsko. Z njim dosežemo sprostitvev, poživitev krvnega obtoka in dihanja, znižanje telesne temperature.

*Načini umivanja bolnika so:*

- jutranje umivanje,
- delno umivanje je po dogovoru z bolnikom,
- osvežitev obraza in umivanje rok,
- posteljna kopel,
- prhanje,
- kopanje.

Preden se odločimo za umivanje telesa, upoštevamo navade bolnika in situacije, zaradi katere smo se odločili za postopek. Kadar je le mogoče, damo prednost prhanju pred kopanjem in umivanjem. Čas umivanja izberemo smiselno, saj ni vezan na določen dnevni čas.

Obseg umivanja določimo zavestno in skupaj z bolnikom izberemo najboljšo možnost (ne umivamo celotnega telesa, ker je to običajno). Vedno umivamo z določenimi gibi, ki si sledijo kolikor mogoče smiselno. Smer umivanja naj ustreza fiziologiji mišic. Tudi brisanje poteka enako.

## VARSTVO PRI IONIZIRAJOČIM SEVANJEM

Čim daljša razdalja. Moč sevanja pada s kvadratom razdalje, čim krajše zadrževanje v sobi, uporaba zaščitnih rokavic, svinčene obleke → hodimo ritensko, zaščitna maska z vezirjem, kapa, delovna obutev (nepropustni) Masko uporabljamo v operacijski sobi, kadar so imunsko oslabiljeni, če si prehlajen.

## DELOVNE POŠKODBE

Utujenost, disciplina, neuporaba zaščitnih sredstev, naglica, niste informirani, neprimerne aparature, neurejeni prostori, prenapolnjeni prostori, organizacija dela, nezavarovanje delovnih strojev.

## NEGA ROK IN NOHTOV

Kadar je na oddelku več bolnikov za urejanje nohtov, jih urejamo, kadar imamo dovolj časa, ne ob jutranji negi.

Priprava izvajalca:

### **Priprava materiala obsega:**

- zaščito za posteljo
- umivalnik in vrč za toplo vodo
- milo
- brisača
- škarje, pilica za nohte, kleščice – pribor za nego nohtov
- ledvička
- papirnati robčki

# NPV → 1.LETNIK → 3.KONFERENCA

- kremo v tubi za roke (sicer potrebujemo še loparček)
- tamponi
- razkužilo za kožo

## **Potek dela:**

- zaščitimo posteljo
- bolniku umijemo roke (s polivanjem nad umivalnikom)
- razkužimo obnohtje, noht
- nohte postrizemo in s pilico oblikujemo
- roke namažemo z mastno kremo
- uredimo bolnika
- pospravimo material
- si umijemo roke
- intervencijo zabeležimo.

## PRHANJE

Prhanje ima prednost pred kopanjem, ker je bolj higiensko (tekoča voda), pa tudi manj vode porabimo (ekološki faktor).

Vzpodbuja in podpira samostojnost bolnika. Pri bolniku, ki se že dalj časa ni prhal, opazujemo predvsem njegovo dihanje in mišični tonus.

Prhati ga začnemo od nog navzgor, s čimer preprečimo, da bi se ustrašil. Če bolnik želi, mu lahko obraz operemo z manjšo količino hladne vode.

Priprava izvajalca:

*Priprava na vozičku ali tasi obsega:*

- dve umivalni vrečki
- milo
- dve večji brisači
- zaščito za sedež in tla
- zaščitne rokavice in predpasnik
- perilo za bolnika
- ledvičko
- glavnik, škarje, losion za nego kože

Prhanje stoje:

## **Potek dela:**

TZN bolnika pospremi do prhe. Pršno kad mehanično očisti in razkuži pred bolnikom. Pomaga mu pri slačenju in vstopanju v kabino. Po dogovoru bolnikom nastavi temperaturo vode in ga začne prhati.

Namiljeni vrečki podaja bolniku ali ga umiva sam.

Po prhanju pomaga bolniku, da se obriše, ali ga obriše sam (po možnosti z ogreto brisačo), ga obleče in pospremi v sobo. Po prhanju pospravi prostor, prho očisti in razkuži, si umije roke in delo dokumentira.

## **Sedežna prha:**

Pide v poštev pri huje prizadetih bolnikih, ker je manj naporna.

Pri prhanju pomaga več oseb (dve ali tri), ker je potrebno bolnika pridržati.

Priprava materiala na vozičku ali tasi obsega:

- ves material, ki je potreben za posteljno kopalnico

# NPV → 1.LETNIK → 3.KONFERENCA

- le umivalnih vrečk je več, ker dela več oseb

Ko bolniku pomagamo pri prhanju, si oblečemo zaščitni predpasnik.

Potek dela:

- umivamo po istem vrstnem redu kakor pri posteljni kopeli
- roko, zobe in obraz si bolnik umije pri umivalniku, da ne izgublamo časa, a tudi zaradi nevarnosti prehlada
- nohte in pričesko uredimo v postelji

## NEGA LAS

Lase lahko odrežemo le takrat, če bolnica sama uvidi, da bo nega kratkih las lažja in na to pristane. Če ugotovimo, da je potrebno skrajšati lase zaradi lažje nege (npr. uši), moramo z bolnikom doseči sporazum.

Česanje je dnevna nega las, lase češemo dvakrat dnevno, še boljše je, če jih ščetkamo.

*Potek dela:*

- z brisačo zaščitimo ramena
- češemo dobro prehodne kratke lase od lasišča proti koncem las, dolge lase pa od koncev las proti lasišču (enako zavozlane lase)
- izpadle lase iz glavnika z zaščito vred vržemo v posodo za smeti.
- pri ležečih bolnikih zaščitimo blazino in ramena → češemo enako vendar dolgih las ne spenjamo navzgor, ker sponke lahko tiščijo. Počešemo jih na eno stran in jih spnemo z elastiko ali pa spletemo v kito.

## UMIVANJE GLAVE

Glavo umivamo po potrebi in glede na bolnikovo stanje.

Lase umivamo na več načinov. Pri pomičnem bolniku to opravimo v kopalnici, pri ležečem bolniku pa umivamo lase na vozičku v kopalnici, ob frizerski skledi, ob kadi s tušem ali v bolniški postelji}TZN

*Priprava izvajalca in prostora:*

- zapremo okna in vrata, da ni prepriha
- izberemo pravi čas, ko ni obiskov, vizite
- temperatura prostora naj bo 20-22 °C

*Priprava bolnika:*

- bolniku povemo, kaj bomo delali in ga prosimo za pomoč

*Priprava materiala:*

- topla voda v vrčih ali prha
- nižji stol z naslonjalom (invalidski voziček)
- dve ali več brisač
- šampon
- glavnik
- kosmi vate
- sušilec za lase
- ledvička
- predpasnik za zaščito
- zaščita za okrog vratu

# NPV → 1.LETNIK → 3.KONFERENCA

## *Potek dela pri pomičnem bolniku:*

- naslonjalo stola obrnemo proti umivalniku
- bolnika posadimo na stol in ga pokrijemo
- okrog ramen mu ogrnemo brisačo
- nato namestimo zaščito, ki jo speljemo v odtok
- v ušesa mu damo kosme vate
- bolnik nagne glavo nazaj in začnemo ga umivati
- lase najprej navlažimo, nato šamponiramo, splahnemo in ponovimo postopek, nato glavo in lase obrišemo, razčešemo
- lase posušimo s sušilcem (če bolnik še lahko sedi, to naredimo v kopalnici, drugače ga odpeljemo v posteljo)
- bolnika dokončno uredimo
- razkužimo si roke
- delo dokumentiramo

## ODPRAVLJANJE UŠI (DEPEDIKULACIJA)

Pregled glave (prisotnost uši in gnid) je pri novo sprejetih bolnikih obvezen.

Ušivost je razširjena po vsem svetu, zato moramo glavo v celoti pregledati.

Kraste v lasišču so sum na prisotnost uši (zaradi srbenja si bolniki praskajo in ranijo kožo)

Razuševanje → za to uporabljamo posebne šampone za umivanje glave.

Postopek je opisan v navodilu za uporabo šampona in se ga moramo docela držati, da se ušivost nebi ponovila (uničiti moramo tudi gnide)