

Уход за телом, волосами и полостью рта

КОЖА требует самого пристального внимания, так как больше, чем у здорового человека нуждается в чистоте. Лежащего пациента необходимо обтирать влажным теплым полотенцем с последующим вытиранием насухо. Лучше смочить полотенце лосьоном для тела, разбавленным водой. Одной из самых частых проблем у лежащих больных являются пролежни. Они возникают в результате нарушения кровообращения. Обычно это область крестца, копчика, позвоночных отростков, лопаток, пяток, ягодиц и ушей. Лечить пролежни тяжело и долго, поэтому нужно приложить все усилия, чтобы не допустить их появления: по возможности меняйте положение больного в постели до 10 раз в сутки, поворачивайте его. Простыня должна быть хорошо натянута и расправлена, без складок. Швы нижнего белья не должны приходиться на участки, наиболее плотно соприкасающиеся с кроватью. Не рекомендуется использовать резиновый круг, так как сам по себе он провоцирует пролежни и замедляет их лечение. Пусть у Вас будет много небольших подушек, различной формы для того чтобы подкладывать их под различные части тела пациента.

Мокрое грязное белье немедленно меняйте (если не копить, а замачивать и стирать сразу же, то можно избежать характерного запаха тяжелобольного в квартире).

Места наибольшего давления на кожу необходимо смазывать детским кремом, либо камфорным спиртом. Каждый день смазывайте всю поверхность тела водорастворимыми питательными кремами, особенно ноги, область крестца.

При появлении покрасневших участков необходимо массировать их несколько раз в день и также смазывать кремом. Хорошо подходит любой детский крем. Если пролежень стал влажным, самостоятельно не наносите никаких мазей, не наклеивайте пластырей и не забинтовывайте: сделаете только хуже. ПРОЛЕЖНИ ДОЛЖНЫ ДЫШАТЬ. Пригласите специалистов из хосписа.

ВОЛОСЫ моют не реже 1 раза в неделю, расчесывать их нужно ежедневно. Не забывайте мужчин брить. Делайте это аккуратно, избегая порезов.

НОГТИ НА РУКАХ И НОГАХ подстригайте по мере их отрастания.

КОЖА НА ПЯТКАХ требует ежедневного ухода, регулярно слегка массируйте стопы с использованием любого жирного крема. При трещинах рекомендуется густо смазать кожу нутряным жиром, надеть больному теплые носки и оставить на ночь, а утром аккуратно удалить остатки жира. Для снятия ороговений хорошо помогают содовые обертывания: приготовьте теплый концентрированный раствор соды и как следует распарьте стопы больного. Если пациент не встает – смочите в растворе марлевые салфетки, оберните ими ступни, сверху наденьте полиэтиленовый пакет и дайте полежать в течение часа. Затем при помощи пемзы обработайте ороговевшие участки кожи и смажьте их детским кремом. ГЛАЗА И ПОЛОСТЬ РТА тоже нуждаются в уходе. Ежедневно промывайте глаза настоями ромашки, шалфея или чайной заваркой, используя пипетку и ватный шарик. Протирайте язык, десны и зубы слабым раствором соды или фурацилина, ромашки, шалфея, намотав на палец кусочек бинта или используя медицинский шпатель. Для профилактики стоматита необходимо полоскать ротовую полость после каждого приема пищи. Для этих же целей пользуйтесь спреями мирамистин, гексорал или татум-верде. Если пациент может, то пусть чистит зубы зубной щеткой.

Если у Вас есть вопросы, касающиеся гигиены и ухода за телом, Вы можете проконсультироваться с врачом или медсестрой хосписа.