Výtah z článku

Článek pojednává o základních principech a postupech při koupání pacientů, kteří jsou upoutání na lůžko. Takoví pacienti se mohou koupat například na pojízdní vaně, avšak, ne vždy je to možné. Hygiena je důležitá pro zdraví kůže, ale také je důležitá pro udržení sebeúcty a kvality života pacienta. V rámci ošetřovatelství je důležité udržovat pacienty v čistotě a vést je k osobní hygieně. A to i když jsou pacienti upoutáni na lůžko a hygiena se musí provádět přímo na posteli. Osobní hygiena zahrnuje péči o: vlasy, kůži, nehty, ústa, uši, oči, intimní oblasti, celkově péči o obličej včetně holení. K hygieně o pokožku patří i celková péče o ní (například promazávání), jelikož i tato péče má dopad na celkové zdraví pokožky a pacientův komfort. Mezi faktory, které negativně ovlivňují pokožku patří: nadměrné umývání (zvláště, pokud jsou voleny produkty dráždící pokožku), anebo naopak nedostatečná hygienická péče, což může vést k nárůstu patogenů, čímž se zvyšuje riziko infekce. Mezi další faktory, které ovlivňují pokožku patří: špatná nutrice (dehydratace…), vyšší věk, inkontinence, chemoterapie, radioterapie, vrozené vlastnosti pokožky, zevní faktory (jako například chlad), chirurgické zásahy – chirurgické rány, snížená pohyblivost. Zdravotní sestra může při hygieně pacienta pozorovat a posuzovat celkový stav pacienta – pozoruje změny, a tak může včas odhalit známky začínajících dekubitů, vyrážky, infekce atd. Může tak posuzovat stav kůže. Při hygienické péči musí sestra zvážit i pacientovi návyky, zvyklosti, přání. Například pro některé pacienty je večerní koupel součástí jejich večerní rutiny, ale pro některé je zase běžné se sprchovat až ráno. Sestra by se také měla zjistit, zda pacient nemá nějaké přání ohledně hygieny kvůli víře, kultuře. Například o muslimy by měla ideálně pečovat sestra stejného pohlaví. Hinduisté zase například preferují koupel před modlením. K hygienické péči patří také hygienická péče o permanentní močový katetr (pokud ho pacient má), nebo třeba speciální péči o nohy, oční okolí, zuby atd. Tento článek se takovéto péči nevěnuje dopodrobna. Umývání pacienta přímo v posteli není tak efektivní jako běžné koupání ve sprše či vaně, proto by se mělo praktikovat pouze, když není jiná možnost. Při koupání na posteli je důležité dát pacientovi prostor, aby se také mohl hygieny účastnit – tím mu pomáháme k udržení sebevědomí, důstojnosti a podporujeme jeho soběstačnost. Na koupel vybíráme vhodné pomůcky. Dříve se používaly znovu použitelní misky, ale kvůli nozokomiálním infekcím se dnes používají i misky jednorázové. Všichni pacienti by měli mít své vlastní hygienické potřeby z domova, anebo poskytnuté nemocnicí jen pro něj – nepůjčovat mezi pacienty. Mýdla mohou měnit pH kůže, což může vést k suchosti a ke zhoršení stavu kůže. Proto by se měly používat zvláčňující krémy. Mohou být i na předpis od lékaře. A k jejich použití by se měla používat jednorázová lžíce či špachtle (kvůli prevenci šíření nozokomiálních nákaz). Krémy v tubě či trubičce jsou v tomto lepší na nanášení. Pokud by mast používal někdo s infekcí, po ukončení léčby by se měl obstarat nový produkt. Pokud je podezření na infekci, neměli bychom špinavé prádlo míchat s prádlem od neinfekčních pacientů – mělo by se prát zvlášť, či používat jednorázové. Může totiž ukrývat mikroby, což je nebezpečné hlavně pro pacienty se sníženou imunitou (pacienti v kritickém stavu) či s porušenou integritou kůže (například popáleniny). Relativní novinkou jsou přípravky pro očistu, ke kterým není potřeba voda. Prozatím je ještě ve výzkumu, zda je mytí těmito prostředky nahraditelné normálním mytí. Prozatím je bráno jako alternativa, pokud není zbytí. Světová zdravotnická organizace určila, že nesterilní rukavice nejsou běžně vyžadovány při provádění mytí a oblékání pacienta. Sestry tedy individuálně posoudí riziko u každého pacienta (riziko potřísnění krví, tělními tekutinami). Také musí znát zásady nemocnice pro používání rukavic. Může se požadovat, aby sestry měly rukavice při provádění intimní hygieny – při mytí genitálu. Pokud jsou rukavice použity, musejí být jednorázové a poté zlikvidovány v souladu s místními nařízeními. Obecné principy při koupání na posteli: pacienta udržujte po celou dobu koupele v teple, prádlo mějte na dosah a to špinavé zlikvidujte hned, aby se mikroorganismy nešířily do prostředí, myjte nejdřív odhalené části těla, vyměňte vodu, pokud je špinavá či studená a vždy po umytí sacra a genitálií, zkontrolujte dekubity, zamezte kontaminaci oblečení, pokožku klepejte do sucha ručníkem, aby jste snížili riziko poškození pokožky třením, umyjte a usušte i pod kožními záhyby, používejte správné postupy při manipulaci a správné pomůcky, a tak zamezíte zranění sebe i pacienta, mluvte na pacienta, co budete dělat. Potřebné vybavení ke koupeli: jednorázová zástěra, čisté ložní prádlo a oblečení, 2 ručníky, pacientovy toaletní potřeby, hřeben, mycí žínky, vybavení pro ústní hygienu, jednorázové misky na mytí, rukavice. Postup: Nejdřív posuďte podle ošetřovatelského plánu, jak budete hygienu provádět, zajistěte někoho, kdo vám pomůže (pokud je to třeba). Umyjte/vydezinfikujte si ruce. Postup proberte s pacientem, zeptejte se ho na jeho hygienické zvyklosti. Pokud má pacient bolesti, dejte mu analgezii a ujistěte se, že zabrala před koupelí. Zajistěte soukromí, teplé prostředí. Pokud je třeba, vyprázdněte nádobu na močení, umožněte se pacientovi vyprázdnit ještě před koupelí. Shromážděte si všechno vybavení blízko. Mimimalizujte čas, kdy je pacient obnažený. Dejte postel do správné polohy, výšky. Naplňte mísu teplou vodou a zeptejte se pacienta, zda je mu příjemná. Sundejte pacientovi hodinky, brýle… Položte ručník pod pacientovu bradu a umyjte mu oči, obličej, krk, uši. Pokud používá mýdlo na obličej, aplikujte. Vyčistěte pacientovi brýle/naslouchátko a vraťte mu je pro lepší komunikaci. Pomozte pacientovi sundat horní část oblečení. Použijte prostěradlo na zakrytí těla a vždy obnažte jen tu část, kterou budete umývat. Umyjte a usušte horní část těla – paže, ruce, podpaží a trup. Vždy umývejte tělo směrem dolů. Tímto zajistíte, že pacient bude řádně čistí a suchý. Zeptejte se pacienta, zda si chce umýt ruce ve vodě. Svlékněte oblečení z dolní části těla. poté umyjte a osušte nohy a chodidla, začněte od nohou, postupujte k chodidlům. Zkontrolujte problémy na kůži jako jsou mozoly a suchá kůže. Vyměňte vodu a mycí žínky. Vemte si rukavice (pokud nemáte). Nabídněte pacientovi, aby si umy genitál sám. Nebo se ho zeptejte, zda souhlasí s tím, že ho umyjete vy. Ženy se myjí od předu dozadu kvůli minimalizování infekce. Předkožka u neobřezaných mužů by se měla stáhnout a kůže pod ní umýt. Zlikvidujte vodu a vyhoďte rukavice. Umyjte si ruce, misku naplňte teplou vodou. S kolegou přetočte pacienta na bok. S rukavicemi umyjte sakrum. Použijte čistou žínku a vodu, umyjte a usušte sakrální část a záda, postupujte ze shora dolů. Přetočte pacienta zpět, umyjte si ruce. Vyměňte podložku, pomozte pacientovi s oblékáním. Zkontrolujte pacientovi nehty na nohách i rukách a když bude třeba, objednejte pedikérku. Pomozte pacientovi umýt zuby/protézu, asistujte mu. Učesejte mu vlasy. Nabídněte mužům pomoc s holením. Dokončete stlaní postele a zajistěte pacientovi teplo a pohodlí, zvonek a pití (pokud může pít). Ujistěte se, že má své věci na dosah. Sundejte a zlikvidujte zástěru a dekontaminujte si ruce. Zaznamenejte, že byla péče provedena, se všemi zvláštnostmi, které jste našli a obnovte pacientův ošetřovatelský plán. Pokud jste si všimli něčeho zvláštního na kůži, zajistěte specialisty.

Profesionální odpovědnost – tato procedura by měla být prováděna jen po absolvování tréninku, pod vedením kompetentního personálu a dle místních podmínek a protokolů.