

GULINČIO PACIENTO PRIEŽIŪRA IR SLAUGA NAMUOSE

Slaugytoja Romualda Stankevičienė

Tikslas

Suteikti informaciją apie gulinčių pacientų priežiūrą ir slaugą namuose.

Turinys

Slaugytojo vaidmuo ir funkcija.

Slaugos reikšmė ir uždaviniai.

Ligonio priežiūra.

Pragulos ir jų profilaktika.

Ligonio maitinimas.

Įvadas

- Slauga namuose arba špitolėse prie bažnyčių.
- Geriausia sveikatos slaugos priežiūros tarnyba pasaulyje yra šeima.
- Lėtinėmis ligomis sergančiųjų slaugymas reikalauja ypatingų sąlygų.
- Sveikatos būklę atitinkančių sąlygų sudarymas ligonį apsaugo nuo galimų ligos komplikacijų ir padeda galutinai išgyti.

Sergama įvairiomis lėtinėmis ligomis, iš kurių labiausiai paplitusios:

- piktybiniai navikai
- širdies ir kraujagyslių sistemos ligos
- kvėpavimo sistemos
- virškinimo organų
- medžiagų apykaitos ligos.

Sergantis žmogus turi būti slaugomas atsižvelgiant į:

- ligą
- ligos sunkumą
- ligonio amžių
- individualias ligonio savybes ir poreikius.

Slaugytojas turi būti:

- kantrus ir ištvermingas
- į ligonį žiūrėti palankiai ir jautriai
- nereikšti pasibjaurėjimo
- vengti neatsargių posakių
- stengtis palaikyti ligonio gerą nuotaiką ir tikėjimą pasveikti.

Liga pažeidžia ligonį ne tik fiziškai, bet veikia ir emociškai.

Ligonis nerimauja:

- dėl savo gyvybės
- jaučia pasikeitusią gyvenimo situaciją
- priklausomumą nuo aplinkinių
- turi atsisakyti ankstesnių įpročių.

Neabejotinai ligonio psichiką gali traumuoti:

- netinkami tarpusavio santykiai
- pernelyg didelis situacijos dramatinizavimas
- nepakankamas dėmesys
- atvirkščiai, pernelyg didelis rūpinimasis ligoniu.

Ligonį slaugantis žmogus turi jaustis:

- esąs gydytojo padėjėjas
- vykdyti jo paskyrimus
- atsižvelgti į realias fizines ligonio galimybes ir amžių
- psichologiškai jį paremti
- visapusiškai pažinti pacientą ir jo ligą.

Slaugytojo vaidmuo

Slaugantysis turi padėti sergančiajam ar sveikstančiajam atlikti veiksmus, padedančius išsaugoti sveikatą, ją gražinti, arba taikiai ir ramiai pasitikti mirtį.

Slaugytojo funkcija

Padėti asmeniui kuo greičiau gražinti jį į visišką savarankiškumą.

Slaugos apibrėžimas

Ligonų slauga – sudedamoji gydymo dalis. Tai tam tikrų priemonių kompleksas, palengvinantis ligonio būklę ir padedantis jam išgyti.

Slaugos uždaviniai

- Laiku ir gerai įvykdyti gydytojų paskyrimus
- maitinti ligonį

- padėti jam tuštintis ir šlapintis
- transportuoti
- palaikyti jo asmens higieną
- taikyti organizmo reabilitacijos priemones
- palengvinti ligonio kančias
- rūpestingai stebėti visas gyvybines organizmo funkcijas.

Slaugant ligonį būtina rūpintis jo psichika t.y.:

- pašalinti galimus dirgiklius
- neigiamas emocijas
- sudaryti jaukią aplinką.

Santykiai su ligoniu turi būti pagrįsti abipusiu pasitikėjimu, švelnumu ir jautrumu.

Ligonių slauga

Ligonių slauga skirstoma į:

- bendrąją slaugą (tai bendros slaugymo priemonės, kurios nepriklauso nuo ligos pobūdžio)
- specialiąją slaugą (sergant tam tikromis ligomis).

Ligonio padėtis

Aktyvi ligonio padėtis – kai sergantysis gali vaikščioti, sėdėti. Ji skirstoma į :

- laisvąją - tai padėtis, kurios nevaržo ligos pobūdis
- priverstinę - paties ligonio pasirenkama padėtis, siekiant pagerinti savijautą (pvz.: sergant širdies ligomis, dažniausiai pasirenkama sėdimoji padėtis)
- pasyvia vadinama tokia padėtis, kai ligonis negali judėti, pasiversti, pakelti galvos ar rankų.

Fowler padėtis

Tai pusiau sėdima, ar sėdima padėtis. Ligonio keliai gali būti sulenkti arba tiesūs. Dažniausiai daroma klaida, kai ligonis paremiamas per didelę pagalvę, arba po galva dedama daugiau, nei viena pagalvė. Dėl to gali būti pakenktas per daug palenktas kaklas.

Ji taikoma profilaktiškai nuo pragulų. Dusulio metu tinka aukšta Fowler padėtis.

Gulima ant nugaros padėtis

Ligonio galva ir pečiai truputį pakelti ant mažos pagalvės. Ligonio rankos gali būti pakeltos ant pagalvių arba padėtos išilgai liemens.

Gulima ant šono padėtis

Ligonis guli sulenkęs koją per klubo ir kelio sąnarį ir ją perkėlęs kiek į priekį nuo kūno. Kuo daugiau sulenкта koja per abu sąnarius, tuo stabilesnė kūno padėtis ir kūnas geriau išlaiko pusiausvyrą. Šoninė padėtis tinka, kai ligonis ilsisi arba miega.

Simso arba pusiau ant šono gulima padėtis

Ligonis guli užėmęs tarpinę padėtį tarp šoninės ir gulimos ant pilvo. Apačioje esanti ranka padedama ligoniui už nugaros, o esanti viršuje sulenkama per peties ir alkūnės sąnarį. Abi kojos yra palenktos į priekį nuo kūno. Viršuje esanti koja labiau sulenkta per klubo ir kelio sąnarius negu esanti apačioje.

Simso padėtis taikoma profilaktiškai nuo pragulų, nesąmoningiams, vemiantiems ligoniams, kad ligonis neužspringtų. Daugumai žmonių, ypač nėščiosioms moterims, tokia kūno padėtis patogi miegoti.

Gulima ant pilvo padėtis 1

Gulint ant pilvo, kojos yra ištiestos, o galva pakreipta į šoną. Taip paguldyto ligonio visiškai išsitiesia kojos per klubą ir kelio sąnarius. Ši padėtis apsaugo nuo klubų ir kelių lenkiančių sąnario judesių sumažėjimo. Ant pilvo ligonis paprastai guldomas tik trumpam. Ši padėtis tinka ligoniams po gerklės operacijų, kad lengviau ištekėtų skysčiai iš burnos, taip pat tinka moterims po gimdymo ir t. t.

Guldyti ant pilvo žalinga ir nerekomenduojama turintiems nesveiką stuburą, sergančius širdies kraujagyslių bei kvėpavimo ligomis asmenims. Paguldytojo ant pilvo ligonio galvą pasukite į šoną ir padėkite nedidelę pagalvėlę. Taip pat mažas pagalvėles pakiškite po pilvu ir blauzdomis.

Ligonio lova

Ligonio lova turi būti patogi, visuomet švari ir tvarkinga.

Lovų rūšys

- Metalinės su pakeliamu galvūgaliu
- Funkcinės lovos:
 - Lova pasikelia iki norimo aukščio, patogus priėjimas
 - Galvūgalis ir kojūgalis fiksuojasi norimoje padėtyje
 - Pultelio pagalba galima reguliuoti lovos padėtį
 - Reguluojami apsauginiai lovos kraštai
 - Pasikėlimo rankenos pagalba ligonis gali keisti kūno padėtį.

Lovos čiužinys

- putų poliuretano
- storas, lygus
- su apsauginiu užvalkalu, kuris nepraleidžia vandens, bet praleidžia orą, čiužinį išlaiko švarų, sausą ir apsaugo jį nuo dėmių.

Lovos čiužinys:

- padeda išlaikyti lovos higieną
- čiužinio sudėtis atitinka medicininių įstaigų teikiamus reikalavimus
- skirtingai nuo kitų neperšlampamų sintetinių paviršių nekelia triukšmo

Patalynės keitimas

Patalynė keičiama kas 7 – 10 dienų, prireikus ir dažniau.

Turi sutapti su ligonio sanitariniu švarinimu.

Jei ligonis lovoje nevalingai tuštinasi ar šlapinasi, čiužinys dengiamas klijuote (dalina, nes oda labai drėksta) arba ant paklodės dedamas plastmasės gabalėlis, apdengiamas puspaklode, kuri turi būti dažnai keičiama.

Patalynės keitimo būdai

- Jei ligonis vaikšto ar gali sėdėti, keičiant patalynę, jis perkeliamas ant kėdės.
- Jei ligonis gali pasiversti ant šono, patalynė keičiama taip: švari paklodė iki pusės išilgai susukama į volelį, po to išimama pagalvė, ligonį atsargiai paverčiant ant šono.

Laisvoje lovos pusėje nešvari paklodė susukama į tokį pat išilgai gulintį volelį, iki pusės užtiesiant švarią paklodę. Ties ligonio nugarą sudaromi du voleliai – švarusis, bei nešvarusis. Tuomet ligonis guldomas ant nugaros ir atsargiai paverčiamas ant kito šono.

Nuimama nešvari, ir baigiama tiesti švari paklodė. Ligonis guldomas ant nugaros, apkabinant pečių juostą ir kiek pakeliant. Po galva padedama švari užvalkalu apvilktą išparenta pagalvė. Patalynės raukšlės ištaisomos, palenkiami paklodės kraštai.

Patalynės keitimas vargina sunkiai sergantį ligonį, todėl geriausia jį, kartu su nešvaria paklode, perkelti į gretimą lovą.

Marškinių keitimas

Sunkiai sergančiam ligoniui, taip pat reikia pakeisti ir marškinius. Jeigu ligonio ranka yra sunkiai valdoma, ar visiškai nevaldoma marškiniai velkami:

- pakišus ranką po dubeniu,
- marškiniai velkami aukštyn, iki kaklo, pakėlus rankas nuvelkami per galvą,
- pirmiausiai nuo sveikosios, vėliau nuo nesveikosios rankos.

Pradedant vilkti švarius marškinius, pirmiausiai apvelkama nesveikoji ranka.

Pakišamieji indai ir jų naudojimas

Sunkiai sergantieji ligoniai tuštinasi ir šlapinasi lovoje, todėl būtina mokėti jiems teisingai paduoti sėdinpuodį (basoną).

Dažniausiai naudojami:

- plokšti plastmasiniai
- metaliniai
- emaliuoti basonai.

Basoną būtina paduoti šiltą, jame paliekant šiek tiek vandens.

Ligonio kambarys

Jeigu yra galimybė, pageidautina ligoniui paskirti atskirą kambarį. Priešingu atveju, širma atitveriamą geriausia kambario dalis. Lova ne prie sienos, o galvūgaliu į sieną (taip patogiau prieiti prie ligonio iš visų pusių). Kambarys nuolat vėdinamas. Optimali 18-20 °C temperatūra. Šaltuoju metų laiku orlaidė atidaroma 20 – 30 minučių nerečiau kaip 3 – 4 kartus per parą. Ligonis tuo metu šiltai užklojamas.

Vasarą langas ar orlaidė turi būti atviri visą laiką, tik svarbu, kad kambaryje nebūtų skersvėjų. Kad nesikauptų dulkių, grindys ir baldai šluostomi drėgnu skuduru 1- 2 kartus per dieną. Langas ir orlaidė tuo metu turi būti atidaryti.

Ligonio higiena

Higiena ypač svarbi. Ligonio prakaitas, šlapimas ir fekalijos sudaro tinkamą terpę praguloms rasti, o vasaros karščiai dar labiau didina šią tikimybę, ypač apkūnesniems ligoniams.

Gulinčio ligonio rankos, veidas, kaklas turi būti prausiami. Dantys valomi kiekvieną rytą ir vakarą.

Ligonio plaukai turi būti plaunami kartą per savaitę. Geriausia ligonį prausti vonioje ar po dušu. Kai tokios galimybės nėra, atliekamas drėgnas viso kūno valymas (drėgnu rankšluosčiu arba specialiomis servetėlėmis).

Gulintįjį prausti galima ir lovoje:

- Plaunant rankas ir kojas, reikia atidengti galūnę, padėti po ja rankšluostį.
- Prausimo judesiai - širdies link, sekant veninio kraujo tekėjimą.
- Nuprausiamą viršutinę kūno dalį, nugarą - pavertus ant šono.
- Nugarą ir šoną prausti masažuojamaisiais judesiais, nuo pečių juosmens link.
- Nuprausus sausai nušluostyti.

Gulinčiam, nuo patalo nesikeliančiam ligoniui prausti galima naudoti specialų plaunamąjį kremą, pvz., TENA Wash Cream.

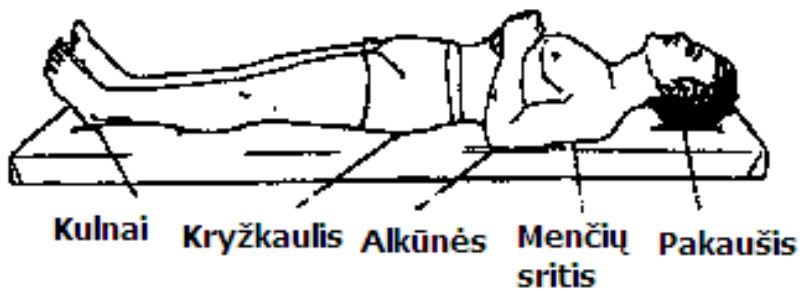
- Skirtas tarpvietės odai valyti, keičiant sauskelnes ir prausti visam kūnui.
- Kremas yra muilo ir vandens pakaitalas.
- Jo nereikia nuplauti, t.y. nereikia gaišti laiko, be reikalo keletą kartų vartant ligonį.
- Plaunamasis kremas yra profilaktinė priemonė nuo pragulų.
- Jis švelniai valo, drėkina ir saugo net itin gležną odą.

Pragulos. Jų profilaktika

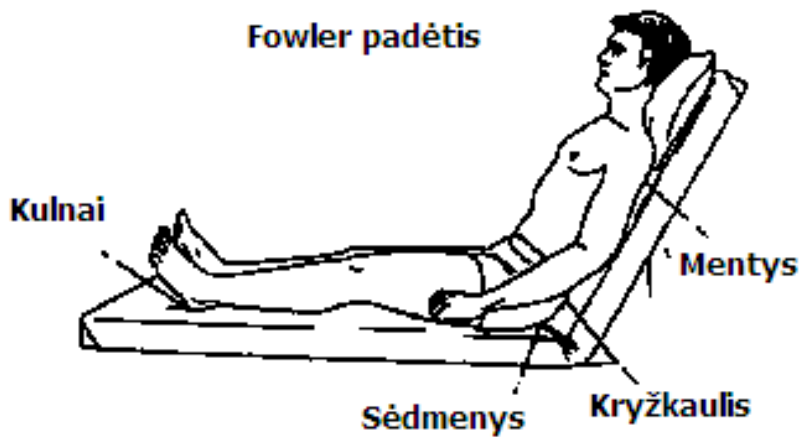
Pragulos – tai vietinis išeminis odos, poodinių ir gilesnių audinių pažeidimas, išsivystęs sutrikus audinių mitybai dėl nepakankamo audinių aprūpinimo deguonimi sutrikus kraujotakai, spaudžiamose kūno paviršiaus vietose.

Vietos, kuriuose dažniausiai atsiranda pragulos 1

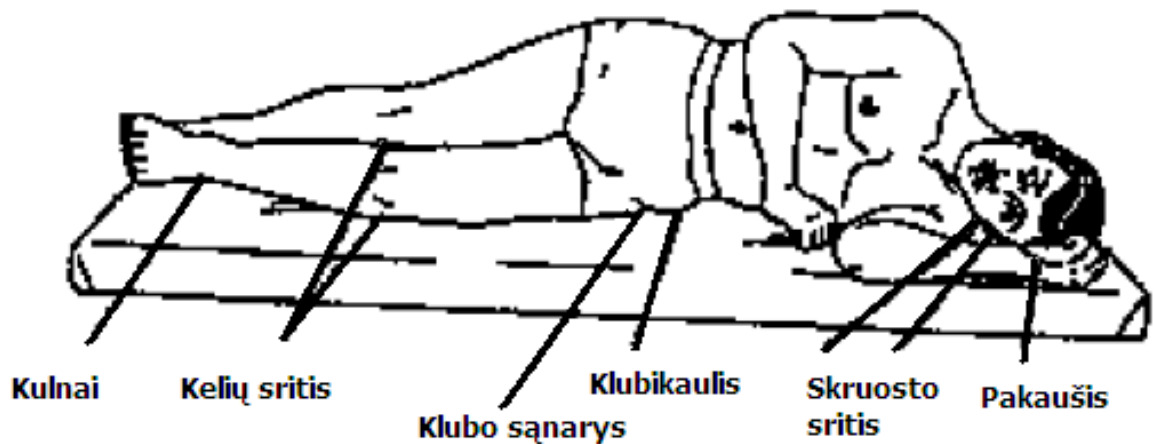
Gulima ant nugaros



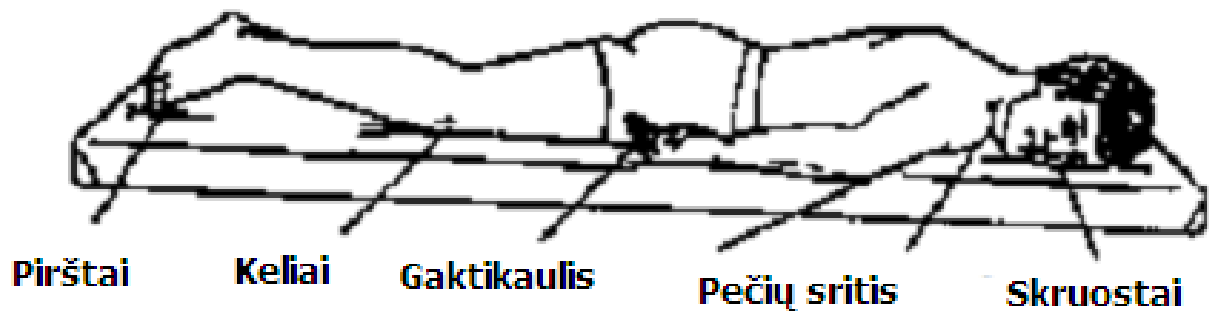
Fowler padėtis



Gulima ant šono padėtis



Gulima ant pilvo padėtis



Pragulų profilaktika

Pirmasis ženklas, kad pradeda vystytis pragulos, kai odos raudonumas tam tikroje vietoje neišnyksta ilgiau nei pusvalandį.

Norint išvengti pragulų būtina :

- ligonį vartyti, kas 2 val.
- keisti jo kūno padėtį, tai gerina odos kraujotaką (virš galvos pakabinti pagalbinę priemonę padedančią ligoniui pasikelti ir pakeisti pozą)

Čiužiniai nuo pragulų.

Po kryžkauliu ar ant kulno, galima naudoti įvairaus dydžio ratelius spaudimui mažinti.

Spaudimo mažinimas

Universalus čiūžinys nuo pragulų. Patogus, minkštas, prisitaiko prie kūno padėties.

Čiūžinys nuo pragulų su kompresoriumi. Naudojamas dubens srities pragulų gydymui - su specialiomis kiaurymėmis oro cirkuliacijai. Gerina mikrocirkuliaciją - audiniai geriau aprūpinami maisto medžiagomis.

Grikių lukštų pagalvės, čiūžiniai: puikiai praleidžia orą, todėl nesukelia prakaitavimo, užtikrina pakankamą kraujo apytaką, natūralūs grikių lukštai ir 100% medvilnės impilas, impilas pasiūtas taip, kad grikių lukštai pasiskirsto tolygiai ir nesukrenta. Grikių lukštų pagalvė dubens srities pragulų profilaktikai, dedama ligoniams po dubeniu.

Pagalvėlės kulnų pragulų profilaktikai

Apranga ir patalynė

Ligonio apranga iš natūralaus pluošto patogi, minkšta ir neveržianti kūno.

Patalynė - natūralaus pluošto, sugerianti prakaitą ir praleidžianti orą.

Pagalvė – minkšta pagaminta iš **natūralaus bambuko pluošto**, laidi orui, atspari kvapams, antibakterinė, antialerginė, veiksmingai sugeria drėgmę, palaiko gaivią miego aplinką, pagalvę galima skalbti mašina iki 60 C temperatūros vandenyje.

Antklodės

Vilnonės (šaltuoju metų laiku):

- Gerai prisitaiko prie kūno temperatūros
- Reguliuoja šilumą bei drėgmę, puikiai sugeria prakaitą
- Švelniai masažuojantis vilnos paviršius gerina kraujo apytaką
- Vilnos riebalai **lanolinas** malšina sąnarių skausmą
- Vilna gerai praleidžia orą, todėl vasarą nekaršta

Ligonio sodinimas lovoje

- Ligonis rankas padeda prie šonų plaštakomis žemyn.
- Slaugytojas atsistoja prie lovos šono veidu į galvūgalį ties ligonio sėdmenimis.
- Toliau nuo lovos esančią koją pastato į priekį ir savo svorį perkelia ant tos kojos pėdos.
- Jei prieinama prie ligonio iš kairės pusės, ranką, kuri yra arčiau ligonio, padedama ant dešiniojo peties, o kita ranka – arčiau lovos krašto ties ligonio žastu, nes ja reikės atsiremti keliant ligonį.

Ir slaugytojo, ir ligonio judesiai turi būti suderinti.

- Slaugytojas kelia ligonį dilbiu ir plaštaka prilaikydamas jo petį, o kita ranka remdamasis į lovos paviršių, savo kūno svorį perkelia ant kitos kojos.
- Ligonis tuo pat metu remiasi savo dilbiais ir plaštakomis.

- Kai ligonis pasodintas, padarykite atramą nugarai. Jei jis pajuto galvos svaigimą, silpnumą, mirgėjimą akyse – paguldykite jį ir po kiek laiko vėl sodinkite.

Ligonio perkėlimas į vežimėlį

Kai ligonis gali judėti tik sveikąją pusę, pavyzdžiui, jei pažeista dešinė koja, vežimėlį reikia pristumti prie kairiojo ligonio šono taip, kad ligonis, keldamasis į vežimėlį, galėtų saugiai pasiremti savo sveikąją koja.

Burnos priežiūra

Negalinčiam pasirūpinti savimi ligoniui burnos higieną turi atlikti kitas asmuo. Dantis valyti po valgio ir prieš miegą.

Padėkite prie lovos visas reikiamas priemones.

Priemonės burnos higienai:

- dantų šepetėlis;
- dantų pasta;
- stiklinė drungno vandens;
- burnos skalavimo skystis (250 ml vandens 10 ml medetkų tinktūros);
- tamponėliai;
- mentelės (špateliai);
- rankšluostis;
- popierinės servetėlės;
- vienkartinis švirkštas (10-20 ml);
- indas vandeniui nubėgti.

Atlikimo technika:

- ligonis paguldomas ant šono
- po skruostu, smakru padedamas rankšluostis ir priglaudžiamas koks nors žemas indelis skysčiui iš burnos tekėti
- ligonis pražiodomas (jei negali pats), ir atsargiai valomi dantys į švirkštą įtraukiama 10 ml vandens ar skalavimo skysčio ir atsargiai supurškama į vieną ir į kitą pusę. Būtina įsitikinti, kad vanduo išbėga iš burnos per lūpų kampą į indą, pakištą po smakru.

Šią procedūrą kartokite, kol burna taps švari. Apžiūrėkite ar visas skystis ištekėjo iš burnos į indą, kad atvertus ligonį ant nugaros, jo nepatektų į kvėpavimo takus. Jei reikia, likusį skystį išsausinkite marle po procedūros smakrą nusauskite ir ligonį paguldykite į patogią padėtį.

Slaugant vyresnio amžiaus ligonius, dažnai tenka prižiūrėti jų dantų protezus. Kadangi ant jų taip pat kaupiasi mikroorganizmai, maistas, juos reikia valyti po kiekvieno valgio. Dauguma ligonių tai daro patys. Priešingu atveju tai slaugytojo pareiga.

Protezą reikia išimti iš burnos, nuvalyti dantų šepetėliu, perplauti po tekančiu vandeniu ir vėl įdėti. Neplaukite karštu vandeniu, nes gali pakisti kai kurių protezų forma. Protezai valomi dantų milteliais,

pastomis ar specialiais plovimo mišiniais. Prieš įdedant protezę, ligois išskalauja burną paruoštu tirpalu: į stiklinę šilto virinto vandens įdėti arbatinį šaukštelį valgomosios druskos ir išmaišyti.

Akių funkcija

Žmogus daugiau kaip 80% informacijos priima akimis. Norėdami pažinti, suprasti ją kaip fotoaparata. Mus supanti aplinka šviesos spinduliais per rageną ir lęšiuką lūždami patenka į akies viduje esantį jautrų dangalą – tinklainę. Jos skaidulos susirenka į regos nervą, kuris yra tarsi laidas tarp išorinio pasaulio ir smegenų.

Akių priežiūra

- Ašaros vadinamos „gyvuuju vandeniu“, kurios nukenksmina bakterijas.
- Ašarų sudėtis: deguonis bei maisto medžiagos, kuriomis aprūpinama savo kraujotakos neturinti akies rageną.
- Kad ašaros tolygiai pasiskirstytų, nuplautų dirginančius svetimkūnius ir sudrėkintų akies obuolį – turime mirksėti.
- Akys nereikalauja specialios higienos, kol ašaros nuplauna jas, o vokai ir blakstienos apsaugo nuo svetimkūnių.

Priežiūros prireikia:

- sudirgintoms akims
- nesveikoms akims
- operuotoms akims
- kai ligojai silpni arba be sąmonės
- išnykęs mirkčiojimo refleksas
- susikaupia ašaros ir išskyros, kurias, kol nesudžiūvo ant blakstienų, būtina nuvalyti.

Sudžiūvusį sekretą būtina nuvalyti suvilgius tamponą virintu vandeniu, arba 0,9% izotoniniu natrio chlorido tirpalu (fiziologiniu). Sudrėkinti tamponai dedami ant vokų, suminkštėjęs sekretas, išskyros iš akių valomos nuo vidinio akies kampo išorės link arba atvirkščiai. Jei akys nevisiškai užsimerkia, nėra mirkčiojimo reflekso, jas būtina apsaugoti nuo išdžiūvimo ir svetimkūnių. Gydytojas paskiria lašinti lašus ar apsauginius tamponus.

Vaistų lašinimas į akis:

- Vaistai lašinami tiesiog iš buteliuko, kuris turi lašintuvą
- Paciento galva atlošiama ir pacientas žiūri į lubas
- Švelniai patraukiamas apatinis akies vokas žemyn, kad susiformuotų mažas maišelis.
- Paspaudę apverstą buteliuką su lašintuvu, vieną vaisto lašą įlašinkite į akį
- Vaisto įlašinę, tuoj pat užsimerkite ir pirštu vienai minutei užspauskite akies kampą prie nosies
- Būtina atkreipti dėmesį į lašų galiojimo laiką.

Nosies gleivinės priežiūra

Dažniausiai ligonis pats valo nosį į nosinę, o labai silpniems tai padaro slaugytojas. Gausias išskyras iš nosies galima pašalinti suvilgytu vandeniu ar 0,9% izotoniniu natrio chlorido tirpalu vatos tamponu. Ilgas vatos tamponas laikomas už galo ir nosis valoma lėtais sukamaisiais judesiais. Valydami nosį, atidžiai apžiūrėkite šnerves, nosies gleivinę. Pastebėję uždegimą, kraujavimą, besilupančius plotus, apie tai praneškite šeimos gydytojui.

Paskirti vaistai į nosį lašinami taip:

- vaistai suplakami
- uždengus vieną šnervę, lašinama į kitą, ir atvirkščiai

Po vaistų įlašinimo ligonis turėtų įkvėpti pro nosį ir pagulėti šiek tiek užvertęs galvą. Tepalas įtrinamas su stikline ar plastmasine mentele.

Ausų priežiūra

Paprastai ausims reikia minimalios higienos. Priežiūros dažniausiai prireikia:

- ligoniams, kurių ausyse daug sieros
- ligoniams, kurie nešioja klausos aparatus

Slaugytojas (ar pats ligonis) išvalo:

- ausies kaušeljį
- pašalina sierą, kuri yra matoma ir trukdo normaliai girdėti
- Išorinė ausies landa valoma patraukus ausies kaušeljį žemyn apvyniotu marle pirštu

Negalima ausų valyti:

- Smeigtukais
- dantų krapštukais
- kietos vatos tamponais

Aštrūs daiktai gali:

- sužeisti ausies landą
- pradurti ausies būgnelį
- vatos tampomas – įstumti sierą giliau ir ją suspausti.

Kad sieros kamštis lengviau išsivalytų, prieš tai į ausį įlašinkite 3% vandenilio peroksido. Jei sieros kamščio neišimate, kreipkitės į šeimos gydytoją.

Nešiojantieji klausos aparatus turi atsargiai elgtis:

- juos įdėdami ir išimdami
- valydami ausines
- keisdami pasibaigusius elementus.

Dauguma ligonių patys prisižiūri klausos aparatus.

Jei ligonis ėmė prasčiau girdėti, jaučia skausmą ausies plote, nedelsiant reikia kreiptis į gydytoją, kad apžiūrėtų ausį ir paskirtų gydymą.

Vaistai į ausį lašinami su pipete arba iš turinčio lašintuvą buteliuko. Prieš tai jie pašildomi iki kūno temperatūros. Ligonis galvą pasuka į sveikąją pusę, o slaugytojas, kaire ranka patraukęs ausies kaušeljį viršų, įlašina vaistų. Po to kelioms minutėms ausis užkemšama vatos tamponu. Gydytojui paskyrus, ant skaudamos ausies dedamas kompresas.

Plaukų priežiūra

Plaukų išvaizda dažnai atspindi:

- žmogaus savijautą
- nuotaiką
- sveikatos būklę.

Jei ligonio būklė leidžia, jis pats prižiūri plaukus:

- šukuoja
- plauna

Gulinčiam ligoniui būtina slaugytojo priežiūra. Prieš tvarkant ligonio plaukus būtina atsižvelgti į ligonio:

- norus
- galimybes
- sveikatos būklę.

Gulintiems ligoniams:

- plaukus reikia šukuoti kasdien
- šukomis lengvai pradėkite šukuoti nuo plaukų galų galvos link.
- plauti kas 7 – 10 dienų.
- ilgus plaukus sušukuoti ir tvarkingai surišti arba supinti į kasą, kad nesusiveltų.

Nagų priežiūra

Ligonio kojų ir rankų nagai turi būti trumpi, su lygiais galais. Jie tvarkomi kai ligonis išmaudomas.

Nagų priežiūrai reikia turėti:

- aštrias žirkutes,
- dildę (brūžeklį)
- šepetėlį
- rankų kremą
- indą rankoms (kojoms) pamirkyti.

Pirštų nagai nukerpami tiesia linija, o paskui nudildomi, kad būtų nuapvalinti kampai. Labai storus ir kietus nagus prieš kirpimą pamirkykite. Kirpdami atkreipkite dėmesį ar neskauda, ar nėra uždegimo.

Taisyklingas nagų kirpimas



Rankų nagus kirpkite apvaliai, o kojų – tiesiai.
Teisingas nago kirpimas apsaugo nuo įaugimo.

Nagų kirpimas



Švarių rankų politika

Tai taip paprasta - šiltas vanduo ir muilas.

Svarbu:

- nuplovus rankas jas sausai nušluostyti, nes drėgnos rankos mikrobus skleidžia tūkstantį kartų greičiau nei sausos.
- nešvarūs rankšluosčiai taip pat gali būti mikrobo šaltinis
- naudokite popierinius vienkartinius rankšluostėlius.

Grybelio sporos ir bakterijos dauginasi drėgnoje terpėje, jie gali sukelti egzemą ir astmą. Nešvarios rankos, tarpupirščiai ir panagės – daugelio virškinamojo trakto infekcinių ligų priežastis, taip pat įvairių parazitų šaltinis.

Ligonio maitinimas

- Ligonio maitinimui skiriamas didelis dėmesys.
- Tinkamas maitinimas suteikia ligonio organizmui reikalingų medžiagų, kurios padeda greičiau pasveikti.
- Būtina žinoti kuo, kiek ir kada reikia maitinti ligonį.

Ligonio maitinimo režimas, kurį sudaro leidžiamų vartoti produktų sąrašas, nustatytas valgio kiekis ir valgymo laikas, vadinamas **dieta**. Dietą skiria gydytojas.

Dieta yra gydymo priemonė kai kurių susirgimų atvejais (skrandžio, opaligės).

Kitų susirgimų metu iš dietos išimamos medžiagos kenksmingos ligoniui:

- dieta be druskos (esant inkstų uždegimui)
- dieta be angliavandenių (cukraligės atveju).

Dažniausiai gydytojai skiria vadinamąją individualią dietą, pritaikydami ją, kiek leidžia susirgimas, prie ligonio skonio. Namų sąlygomis tai nesunkiai įgyvendinama.

Ligonio mityba

- Tinkama ligonio mityba praturtinta baltymais, angliavandeniais, mineralais, mikroelementais.
- Maistas kaloringas.
- Pragulos greičiau vystosi, jei ligoniui trūksta vitamino C ir cinko.
- Negerai, kai krenta svoris: prarandamas minkštas poodinis sluoksnis, ir pragulos atsiranda lengviau.

Prieš maitindamas ligonį, slaugantysis būtinai turi nusiplauti ir nuplauti ligonio rankas. Valgydamas ligonis turi būti patogioje padėtyje. Reikia pasirūpinti, kad valgydamas ligonis nematytų tokių daiktų, kurie slopina apetitą (stiklainių su skrepliais, nemalonaus kvapo vaistų ir kt.). Ligonis turi gerai sukramtyti maistą.

Jeigu ligonis gali valgyti mėsą, tai geriau duoti susmulkintą. Pamaitinus, valgio likučius reikia tučtuojau išnešti iš ligonio kambario.