
Opatrovanie a ošetrovanie ležiacich pacientov

7. november 2009

Dni zborovej diakonie, Liptovský Mikuláš

Martina Tomagová
Ústav ošetrovateľstva

Jesseniova lekárska fakulta v Martine
Univerzity Komenského v Bratislave

-
- mobilita, imobilita, imobilizačný syndróm
 - opatrovateľská starostlivosť
 - úprava prostredia a postele
 - hygiena
 - pohyb
 - prevencia zaparenín, preležanín
 - výživa, pitný režim, vyprázdňovanie
 - starostlivosť o pacienta s bolesťou
 - spánok
 - záujmové aktivity

Ležiaci – imobilný pacient

- **Mobilita** - schopnosť voľne, ľahko a účelne sa pohybovať v prostredí
- **Imobilita** - neschopnosť vykonávať pohyb
- **Imobilizačný syndróm** - komplikácia, ktorá postihuje dlhodobo ležiacich a spôsobuje zmeny v jednotlivých telesných systémoch, v psychosociálnej i duchovnej oblasti

Opatrovateľská starostlivosť

- prevencia komplikácií vyplývajúcich z imobilizačného syndrómu
- uspokojovanie potrieb
- spokojnosť opatrovaného človeka

Úprava prostredia a úprava postele

- **Prostredie** – čisté, bezpečné, príjemné
- **Posteľ** - čistá, upravená, suchá, prístupná z troch strán, pohodlná (aby pacient nebol vystavený priamemu prúdeniu vzduchu, aby na pacienta nesvietilo slnko)
- Riziká z neupravenej postele - nepohoda, bolesť, preležaniny, nespokojnosť, podráždenosť

Hygienická starostlivosť - význam

- zabraňuje vzniku infekcií
- udržiava čistotu kože, zbavuje ju mikroorganizmov, potu, podporuje prekrvenie kože
- pôsobí preventívne proti vzniku zaparenín a preležanín
- pôsobí osviežujúco (ráno) a relaxačne (večer)
- pocit pohody
- podporuje sebaúctu pacienta

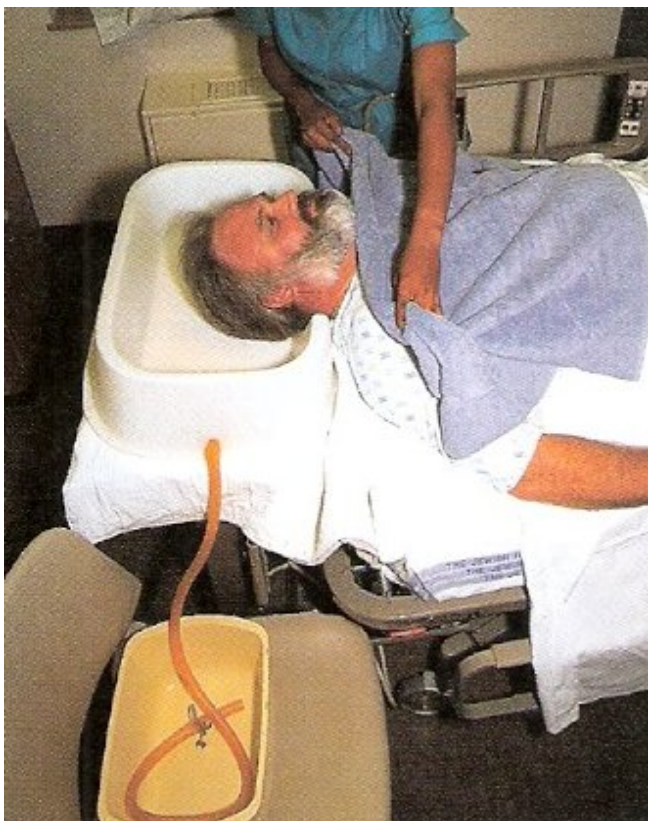
Hygienická starostlivosť

- hygiena rúk
- starostlivosť o dutinu ústnu
- hygiena tela - ranná a večerná toaleta, kúpeľ
- starostlivosť o vlasy – česanie, umývanie
- starostlivosť o nechty
- starostlivosť o odev

Pomôcky



Pomôcky



Polohovanie

- správna poloha zabraňuje komplikáciám (preležaninám, zmenám na svaloch, kĺboch)
- pravidelná zmena polohy (každé 2 – 3 hodiny)

Zaparenina

- je narušená celistvosť kože, ktorá vzniká trením v miestach, kde sa stýkajú dve plochy alebo v mieste styku kože s látkou
- **Príčiny** - zvýšené potenie, nedostatočná hygiena, obezita, choroby, napr. diabetes mellitus, nevzdušné, vlhké oblečenie
- **Miesta výskytu** - v podpazuší, v slabinách, oblasť krku, kožné riasy ma bruchu
- **Príznaky** - opuch, začervenanie, svrbenie, narušená celistvosť kože - praskliny kože, jazvy, bolesť pri narušení integrity kože, plošné krvácanie, olupovanie kože

Prevencia zaparenín

- sprchovať sa vlažnou vodou
- na ohrozené miesta aplikovať jemnú pastu (Aviril)
- oblečenie pohlcujúce pot (bavlna)
- regulácia teploty v miestnosti (nižšia teplota)
- časté si vymieňanie osobnej a posteľnej bielizne

Preležanina

- je odumretie kože a podkožia, spôsobená poruchou prekrvenia kože v dôsledku trvalého mechanického tlaku u dlhodobo ležiaceho pacienta

Ako preležanina vzniká

tlak na tkanivá vyvoláva spomalenie až
zastavenie krvného prúdu



nedostatok kyslíka a výživných látok v bunkách



vzniká odumieranie kožných buniek

Rizikovní pacienti

- seniori
- imobilita
- s poruchou vedomia
- s inkontinenciou moču a stolice
- s nekvalitnou hygienickou starostlivosťou
- s dlhodobým nedostatkom výživy
- s narušenou imunitou
- s ťažkými srdcovocievnyimi ochoreniami
- s vážnymi zmenami v psychickom stave (apatia)

Miestne príčiny vzniku preležanín

- **Tlak** - neprerušovaný tlak najviac ohrozuje miesta nad kostnými výčnelkami (tvrdý základ postele, nesprávne upravená posteľná a osobná bielizeň, zubná protéza)
- **Trenie** - napr. pri nesprávnom posúvaní pacienta na lôžku

Miestne príčiny vzniku preležanín

- **Štiepenie** - vzniká kombináciou trenia a nepriameho tlaku. Najviac pôsobí v polosede, u starších alebo oslabených pacientov, kedy telo má tendenciu skĺznuť smerom nadol. Koža nad krížovou oblasťou sa nepohybuje, ale hĺbkové tkanivá pripojené ku kostre sa pohybujú smerom nadol. Na rozhraní hĺbkových a povrchových tkanív pôsobí trhacia sila, ktorá poškodzuje krvné riečisko a tkanivá v danej oblasti.

Miestne príčiny vzniku preležanín

- **Vlhkosť** - znižuje odolnosť kože
 - je problematická napríklad u pacientov s inkontinenciou moču a stolice, pri horúčkovitých stavoch, pri zvýšenom potení

Časté miesta vzniku preležanín

- nad kostnými výčnelkami s tenkou podkožnou tukovou vrstvou
- v polohe na chrbte – päty, krížna kosť, lakte, rameno, lopatky, záhlavná kosť
- v polohe na bruchu – palce, kolená, prsníky u žien, bedrá, lakeť, rameno, líce, ucho, spánková kosť
- v polohe na boku – členok, päta, kolená, bedrá, lakeť, rameno, ucho, spánková kosť
- v polosedě – päty, krížna oblasť, lakeť, rameno, hrebene lopatiek, záhlavná kosť

Prevencia preležanín

úprava postele

zmierňovať tlak - antidekubitové pomôcky

- antidekubitové podložky pätové, lakt'ové, kolenné
- ochrana na lôžko napr. ovčie rúno, ROHO, ARDO POLYSOFT, ARDO CORE
- antidekubitové matrace
- špeciálne lôžka, vankúše (penové, vzduchové, želatínové)







Prevenca preležanín

polohovanie

hygienická starostlivosť

masáž kože

úprava výživy (zvýšený príjem vitamínu A, C, D, železa, zinku, medi, horčíka, bielkovín)

Výživa a pitný režim - problémy

- nechutenstvo, pálenie záhy, zvracanie
- odmietanie jedla, napr. pri chorobách dutiny ústnej alebo nevhodnej protéze
- neschopnosť prijať potravu ústami, napr. pri poruche prehĺtania
- chýba pocit smädu (u seniorov)
- znížená sebestačnosť pri príjme potravy
- užívané lieky ordinované lekárom

Zásady podávania jedla

- zabezpečíme pohodlie pacienta pred jedením (vyprázdnenie, umytie rúk)
- ak má pacient vybratú zubnú protézu, asistujeme mu pri jej vložení
- jedlo podávame vkusne naservírované, v príjemnom prostredí
- pacienta nechať, aby si sám určil v akom poradí bude jedlo konzumovať a aké množstvo z porcie zje. Nikdy pacienta do jedenia nenútime.
- podporujeme pacientovu sebestačnosť pri jedení

Zásady podávania jedla

- podľa potreby poskytujeme pomoc (napr. natrieť pečivo, pokrájať mäso pred pacientom, aby nemal pocit, že mu prinášame zbytky jedla)
- nenáhlime pacienta, aby konzumoval stravu rýchlejšie
- ak je pacient nesamostatný, jedlo vkladáme do úst po malých sústach, ďalšie sústo podáme až vtedy, keď ho pacient dôkladne požul a prehltol
- tekutiny podávame za pomoci slamky alebo lyžicou
- aktívne ponúkame tekutiny v priebehu celého dňa

Zásady podávania jedla

- počas jedenia s pacientom udržiavame kontakt
- po najedení umožníme realizovať hygienu (rúk, tváre, dutiny ústnej)
- zaistíme odloženie pomôcok a zvyškov jedál

Liečebná výživa

- **(diétoterapia)** je strava, ktorá je upravená osobitným spôsobom z liečebných dôvodov
- účelom je šetrenie orgánu postihnutého chorobou, zlepšenie výživy pacienta

Príjem tekutín

- ranné pitie (priaznivo pôsobí na tráviaci trakt)
- v malých, rovnomerne rozdelených dávkach počas dňa
- mlieko je menej vhodné na krytie tekutinových strát
- tekutiny so zníženým obsahom sodíka (pri opuchoch, chorobách obličiek a srdca)
- bez CO₂ (pri chorobách tráviaceho systému)
- bez kofeínu (pri chorobách srdca)
- bylinné čaje - je dôležité ich striedanie, ich pitie sa odporúča až po konzultácii s lekárom

Príjem tekutín

- piť stolové vody s minimálnym podielom minerálov
- zvýšiť príjem ovocných a zeleninových štiav
- obmedziť až vylúčiť príjem tekutín s vysokým obsahom umelých farbív, cukru, s obsahom chemických konzervačných látok, kofeínu (kolových nápojov)

Vyprázdňovanie

podľa stavu pacienta do

- pojazdného záchodu
- podložnej misy
- močovej fľaše





Zápcha

- je sťažené a nepravidelné vyprázdňovanie tuhej stolice (1x za 3 a viac dní)
- stolica je tvrdá, vylučuje sa malé množstvo
- chorý sa musí namáhať pri vylučovaní, pociťuje plnosť v dutine brušnej, nafukovanie, bolesť brucha, bolesť v oblasti konečníka, sťažuje sa na nechutenstvo, môže byť prítomné krvácanie z trhliniek

Prevencia zápchy

- tekutiny
- vláknina (napr. celozrnné pečivo, ovsené vločky, jablko, hruška, kaleráb, sušené slivky)
- zachovávať pravidelný čas vylučovania stolice (ísť na WC, poskytnúť podložnú misu v rovnakom čase).
- umožniť vyprázdniť sa pri nutkaní na vyprázdenie
- vypiť vlažnú vodu ráno na lačno
- realizovať telesnú aktivitu aj na posteli
- súkromie a dostatok času pri vyprázdňovaní
- podať prehľadnú, čapíky uľahčujúce vylučovanie stolice podľa ordinácie lekára (nie svojvoľne)

Starostlivosť o chorých s inkontinenciou

- **Inkontinencia moču je** neschopnosť udržať moč, samovoľný únik moču.
- **Inkontinencia stolice je** neschopnosť udržať stolicu, samovoľný odchod stolice.

Starostlivosť o inkontinentného pacienta

- plienku vymieňame podľa potreby, nenechávame znečistené dlhý čas
- Hygienu realizujeme pakovane v priebehu dňa
- šetrne osušíme kožu
- sledujeme, informujeme sa o pocite štipania, pálenia a o začervenaní v oblasti močovej rúry
- ochraňujte kožu vhodnou masťou (napr. pasta s rybím olejom)

Starostlivosť o chorého s permanentnou cievkou

- realizujeme každodennú hygienu (nepoužívať dráždivé, parfumované mydlá)
- šetrne osušíme kožu
- sledujeme začervenanie
- ak permanentná cievka nie je napojená na zberné vrečko musí byť uzavretá a moč vypúšťaný každé 2 – 3 hodiny
- odvodná hadička a zberné vrečko musia byť nižšie ako močový mechúr, aby nedošlo k spätnému odtoku moču do močového mechúra



Starostlivosť o chorého s permanentnou cievkou

- sledujeme moč (farbu, zápach, množstvo)
- zabezpečíme chorého, že permanentná cievka nevypadne a môže sa pohybovať. Permanentná cievka je v močovom mechúry upevnená pomocou naplneného balónika. Môže sa upevniť prúžkom náplasti na vnútornú stranu stehna.
- na cievke sa nesmú tvoriť slučky, zalomenia, chorý nesmie na nej ležať, aby bol zabezpečený odtok moču a zabránilo sa spätnému návratu moču do močového mechúra, alebo poškodeniu permanentnej cievky

-
- zabezpečíme dostatočný pitný režim, aby sa zabránilo vzniku usadenín a upchatiu cievky
 - sledujeme či moč neodkvapkáva popri cievke. Ak odkvapkáva, alebo preteká popri cievke, je nutné to nahlásiť sestre, lekárovi (cievka sa musí vymeniť).

Starostlivosť o chorého s bolesťou

- akceptujeme prejavy bolesti
- zabezpečíme telesnú pohodu (príjem jedla a tekutín, vyprázdňovanie, polohovanie, spánok)
- upravíme prostredie
- upokojíme chorého, nenechávame ho s bolesťou samého
- pomáhame vykonávať metódy úľavy od bolesti (napr. pomôcť dať chorého do polohy, ktorá mu vyhovuje)
- lieky – analgetiká podávať podľa ordinácie lekára

Spánok

Telesné ťažkosti – bolesť, hnačka, vracanie, nevoľnosť, svrbenie, neprirodzená poloha vynútená ochorením, nutné prerušenie spánku z dôvodu užitia liekov, časté nutkanie na močenie, inkontinencia stolice

Psychické a sociálne faktory – strach z následkov ochorenia, obavy z budúcnosti, narušené medziľudské vzťahy

Pasivita, nečinnosť

Prostredie – nadmerné teplo, chlad, hluk, suchý vzduch, ostré svetlo, neupravená posteľ

Starostlivosť o spánok

- zabezpečíme hygienickú starostlivosť, vymeníme znečistené prádlo
- upravíme posteľ
- upravíme prostredie
- odporučíme (zabezpečíme) chorému, aby sa tesne pred spaním vyprázdnil
- odporučíme chorému, aby obmedzil príjem tekutín a potravy vo večerných hodinách
- porozprávame sa s chorým o jeho problémoch a trápeniach

Starostlivosť o spánok

- umožníme chorému, ak si to želá, aby vykonával svoje bežné predspánkové zvyklosti
- dodržíme rovnakú dobu prípravy na spánok
- zabezpečíme pohodlie chorého - ak užíva lieky aj v noci, pripravíme ich na nočný stolík aj s tekutinou na zapitie, urobíme masáž chrbta, poskytneme požadované množstvo vankúšov, upravíme polohu
- podáme lieky proti bolesti podľa ordinácie
- podáme lieky upravujúce spánok podľa ordinácie

Aktivizácia

- poskytujú chorému rozptýlenie, zmysluplné vyplnenie voľného času
- vykonáva činnosť, ktorá ho baví a má z nej radosť
- môže získať nové poznatky
- môže si precvičovať sebaopatovateľské aktivity
- môže sa cítiť užitočný

Pomoc pri realizácii aktivít

- zabezpečíme pohodlie
- upravíme prostredie (miestnosť)
- podporujeme, nabádame chorého, aby vykonával činnosť, ktorá ho baví
- pomôžeme mu pri realizácii činnosti
- porozprávame sa s chorým o jeho problémoch a trápeniach
- pokiaľ je to len trochu možné a chorý si to praje, umožníme mu pobyť vonku

Ďakujem za pozornosť.