

Bronzový Standard SANATORY č. 4

Hygienická péče o klienta



Autoři: Jana Tichá, Lukáš Stehno

Vydala Asociace péče o seniory

Pardubice, březen 2017



Asociace péče o seniory, z.s., Pernerova 168, Pardubice 530 02, www.apeos.cz



Obsah

Úvod	3
Důvod	3
Cíl	3
HYGIENICKÁ PÉČE:	4
Klady správné hygienické péče -	4
Faktory ovlivňující hygienickou péči -	4
Druhy hygienické péče -	5
• celková koupel na lůžku	5
• celková koupel ve sprše, v koupelně	5
• péče o dutinu ústní	5
Celková koupel na lůžku:	5
Vlastní provádění koupele na lůžku	6
Pomůcky:	6
Postup při výkonu:	7
Možné komplikace:	8
Odlíšnosti výkonu při sprchování klienta:	8
Možné komplikace:	9
Péče o dutinu ústní:	9
Účel:	9
Postup při péči o dutinu ústní:	9
Možné komplikace:	10
Péče o vlasy:	10
Pomůcky k mytí vlasů na lůžku:	11
Postup při výkonu:	11
Péče o nehty a vousy:	11
Pomůcky:	12
Postup při výkonu:	12



Úvod

Úvod do problematiky hygieny, rozdělení provedení hygieny dle potřeb klienta

Důvod

Dodržování správných zásad a odlišností při provádění hygieny u klientů.

Cíl

Zabezpečení komfortu klienta při provádění hygienické péče, její dokonalé provedení, zajištění soukromí a pohodlí klienta při výkonu. Prevence dekubitů a opruzenin.



HYGIENICKÁ PÉČE:

Potřeba čistoty, hygieny je pro člověka základní biologickou potřebou. U každého člověka je potřeba hygieny individuální. To, co pro jednoho člověka může být dostatečná péče o čistotu těla, může jiný považovat za nedostačující. Provádění hygieny je předpokladem pro pocit osobní pohody a tím zasahuje i do oblasti potřeb psychologických.

- je poskytována dle aktuálních potřeb každého klienta.
- pro ošetřující personál je nutné vědět, které hygienické činnosti zvládne klient sám a při kterých je nutné mu pomoci.

Klady správné hygienické péče -

- **biologické** – odstraňuje mikroorganismy, sekrety a exkrementy z těla, brání vzniku infekce a následných komplikací, udržuje kůži v dobrém stavu.
- **psychologické** – navozuje pozitivní emoce, pocit spokojenosti, napomáhá relaxaci a uvolnění.
- **sociální** – vytváří příjemné prostředí, je předpokladem pozitivních vztahů.

Faktory ovlivňující hygienickou péči -

- **biologické** – věk, pohlaví, stav, neporušenost a typ kůže (zvýšená tělesná teplota, dekubity), nemoc, pohybová aktivita.
- **psychické** – nálada, momentální citové rozpoložení klienta, nároky na potřebu hygieny, prostředí (intimita, klid)
- **sociální** – výchova, hygienické návyky, prostředí.
- **prostředí** – teplo, zima.



Druhy hygienické péče -

- celková koupel na lůžku
- celková koupel ve sprše, v koupelně
- péče o dutinu ústní
- péče o vlasy, nehty
- holení

Mytí rukou před výkonem:

Asistent péče vždy před i po výkonu umyje řádně ruce teplou vodou a mýdlem, ruce utírá do čistého ručníku (papírové utěrky). Případně postupuje dle platné normy EU.

Celková koupel na lůžku:

- zajištění osobní hygieny
- dosažení pocitu tělesné a psychické pohody
- udržení a zlepšení ochranné funkce kůže
- prevence vzniku dekubitů
- nácvik soběstačnosti klienta

Do celkové koupele na lůžku patří:

- hygiena horní a dolní poloviny těla
- péče o vlasy , o nehty, vousy
- hygiena genitálu
- péče o kůži
- péče o chrup a dutinu ústní



Vlastní provádění koupele na lůžku, postup:

Pomůcky:

- ochranné rukavice
- doporučený je ochranný oděv (jednorázová zástěra) pro asistenta péče
- dvě barevně rozlišená umyvadla, na horní a dolní polovinu těla
- mýdlo
- jednorázovou nebo žínku klienta
- nádoba na oplach genitálu
- podložní mísa
- masážní emulze, pleťové mléko
- hřeben
- nůžky na nehty
- kelímek na výplach dutiny ústní
- kartáček na zuby
- pasta na zuby
- brčko na pití
- nádobka na odkládání použitých pomůcek, například emitní miska
- glycerinové tyčinky na ošetření dutiny ústní
- u mužů pomůcky na holení
- ručníky
- osobní a ložní prádlo
- příslušná dokumentace

Asistent péče, který koupel provádí, pohovoří s klientem o plánované koupeli. Vlídne mu vysvětlí postup a zajistí klientovi dostatečné soukromí. Ověří, zda klient netrpí alergií na hygienické prostředky. Výkon se považuje za ukončený, zápisem do dokumentace.

Postup při výkonu:

- seznámíme klienta s výkonem
- připravíme a zkontrolujeme pomůcky k hygieně
- připravíme si umyvadlo s vodou teplou dle přání klienta na horní část těla
- řádně si umyjeme ruce
- oblečeme si ochranné pomůcky
- zajistíme soukromí klienta (zavřeme dveře, okna)
- odstraníme deku, polštář a další pomůcky z lůžka na přistavenou židli, uvolníme základ lůžka
- svlékneme klientovi osobní prádlo
- nenecháme klienta celého svlečeného, **kryjeme vždy tu část těla, kterou nemyjeme**
- omyjeme obličej žínkou a čistou vodou bez mýdla
- provedeme hygienu horní části těla, umyjeme záda a namasírujeme emulzí
- na horní polovinu těla oblékneme pacientovi čisté osobní prádlo
- vyměníme umyvadlo a vodu a provedeme hygienu dolní části těla
- genitál omyjeme žínkou a mýdlem nebo provedeme oplach na podložní míse, **vždy dodržujeme směr od spony stydké ke konečníku**
- pokožku řádně osušíme, suchou pokožku promastíme a všimáme si změn či defektů
- v případě potřeby ošetříme defekty dle ordinace lékaře
- provedeme hygienu dutiny ústní (viz hygiena dutiny ústní)
- učešeme klienta a vyčistíme uši
- zkontrolujeme a ostříháme nehty
- převlékneme lůžko a uložíme klienta do vhodné polohy
- zkontrolujeme, popř. provedeme bandáže dolních končetin
- během výkonu podporujeme soběstačnost klienta
- zajistíme úklid a dezinfekci pomůcek

Po ukončení výkonu zaznamenáme provedení hygieny do dokumentace a případné defekty nahlásíme nadřízenému a také pečlivě zapíšeme.

Možné komplikace:

- bolest při pohybu
- prochlnutí
- nerespektování osobnosti klienta

Odlišnosti výkonu při sprchování klienta:

Opět dostatečně vysvětlíme klientovi postup a smysl výkonu, také ho motivujeme ke spolupráci. Před sprchováním můžeme zajistit u klienta péči o dutinu ústní na pokoji, dle jeho zvyklostí a přání.

- připravíme a zkontrolujeme pomůcky
- přesuneme klienta z lůžka na kolečkové křeslo a odvezeme ho do koupelny, během převozu ho přikryjeme přikrývkou
- oblékneme si ochranné pomůcky
- svlékneme klientovi osobní prádlo, pokud jsme nebyli nuceni ze zdravotních důvodů, svléknout ho již na lůžku
- osprchujeme klienta – umyjeme mu vlasy, provedeme hygienu přední části těla v pořadí – obličej, krk, horní končetiny, hrudník, břicho, genitálie
- genitálie omyjeme žínkou a mýdlem, dodržujeme směr od spony stydké ke konečníku
- klienta poodsuneme na křesle a umyjeme mu záda, dovoluje – li to jeho zdravotní stav, postaví se a my je umyjeme ve stoje
- umyjeme dolní část těla klienta, dolní končetiny od prstů nohy až k tříslu
- pokožku řádně osušíme a všímáme si změn či defektů
- převezeme přikrytého klienta na pokoj
- uložíme klienta do čistě povlečeného lůžka, **je – li to možné, zajistí druhý asistent péče.**
- provedeme péči o kůži – masáž, ošetření kožních defektů
- oblékneme klientovi čisté osobní prádlo (když nebyl již oblečen ve sprše)
- usušíme hlavu, učešeme klienta a vyčistíme mu uši
- zkontrolujeme a ostříháme nehty
- dle potřeby provedeme bandáže dolních končetin a převazy defektů

- zajistíme polohu dle přání klienta, nadále polohujeme dle rozpisu v dokumentaci
- zajistíme úklid a dezinfekci pomůcek
- zápis do dokumentace

Změny nebo defekty na kůži zaznamenáme do dokumentace, stejně tak zaznamenáme provedenou koupel.

Možné komplikace:

- bolest při pohybu
- prochladnutí
- nerespektování osobnosti klienta
- nespolupracující nebo bránící se klient

Péče o dutinu ústní:

Účel:

- zajištění osobní hygieny
- dosažení pocitu tělesné a psychické pohody
- prevence vzniku zánětlivých a plísňových onemocnění
- nácvik soběstačnosti klienta

Postup při péči o dutinu ústní:

Pomůcky:

- ochranné rukavice
- kelímek na výplach dutiny ústní
- kartáček na zuby
- pasta na zuby
- brčko na výplach úst
- nádobka na výplach úst, např. emitní miska
- glycerinové tyčinky na ošetření dutiny ústní
- ručníky

Klienta informujeme o výkonu, soběstačný klient provádí hygienu dutiny ústní sám, nebo jen s mírnou pomocí asistenta.

Popis výkonu:

- seznámíme klienta s výkonem
- připravíme a zkontrolujeme pomůcky
- oblečeme si ochranné pomůcky
- uložíme klienta do zvýšené polohy
- ložní prádlo můžeme chránit jednorázovou nebo igelitovou podložkou
- čistíme horní zuby od dásní dolů, dolní zuby od kořene nahoru, od zadních stoliček k řezákům, skusné plochy krouživými pohyby
- vyplachujeme ústa klienta dle jeho potřeby
- všímáme si změn a defektů v dutině ústní
- umělý chrup vyjmeme čtverci mulu do odkládací nádoby (např. emitní misky), umyjeme kartáčkem a pastou pod tekoucí vodou

Péče o nemocného po výkonu:

Po ukončení výkonu ošetříme případné defekty nebo změny dle ordinace lékaře a vše zaznamenáme do dokumentace.

Možné komplikace:

- krvácení z dásní
- bolest při výkonu
- nedostatečná spolupráce klienta s asistentem, odmítání výkonu

Péče o vlasy:

Péče o vlasy je vždy součástí hygienické péče. Soběstačný klient pečuje o své vlasy sám každodenně. U ostatních klientů toto provádí asistent péče po domluvě s klientem, dovoluje-li to jeho stav.

Vlasy myjeme ve sprše nebo na lůžku.

Pomůcky k mytí vlasů na lůžku:

- gumová podložka
- vlasový šampon
- hřeben
- ručník
- nádobu na oplach
- fén
- rukavice
- nafukovací bazének pro mytí vlasů

Postup při výkonu:

- vysvětlíme klientovi postup při výkonu, připravíme si pomůcky na dosah ruky
- odstraníme polštář
- gumovou podložku dáme pod hlavu klienta na lůžko
- po umytí řádně spláchneme šampon
- odstraníme bazének
- vlasy vyfoukáme
- provedeme záznam do dokumentace
- uklidíme pomůcky

Péče o nehty a vousy:

Při celkové koupeli si asistent všímá délky a tvaru nehtů, hrozí totiž zarůstání. Pokud je třeba nehty ostříhat, je vhodné je předem namočit v teplé vodě. Nehty na ruce se stříhají do obloučku a nehty na nohou rovně. Při stříhání nehtů asistent podloží končetiny podložkou a nehty poté vyklepe do odpadu. Zvýšenou péči věnuje asistent nehtům u diabetiků, hrozí nebezpečí zánětu až amputace.

Oholení vousů řadíme také k běžné hygienické péči. Provádíme dle zvyklostí penzionu nebo přání klienta. Používáme buď klientovi holicí potřeby, nebo například jednorázové patřící k hygienickému vybavení penzionu. Holení nasucho pomocí holicího strojku je pohodlné a pro klienta více komfortní.



Pomůcky:

- žiletku
- gel nebo pěnu na holení
- rukavice
- vodu
- štětičku

Postup při výkonu:

- asistent nejdříve omyje klientovu tvář teplou čistou vodou
- nanese štětičkou gel nebo pěnu na vousy
- postupuje od krku ke tvářím, poté oholí vousy nad rtem a naposledy na bradě, nebo dle domluvy s klientem
- asistent postupuje šetrně a pomalu, aby nedošlo k poranění klienta
- omyje zbylou pěnu a tvář osuší
- podle přání klienta nanese vodu na holení
- uklidí pomůcky
- provede záznam do dokumentace

K řádné hygienické péči patří také čisté a ustlané lůžko. Po každé provedené hygienické péči asistent zkontroluje stav povlečení, celé lůžko převléká dle zvyklostí příslušných penzionů. Při převlečení celého lůžka vždy provede zápis do dokumentace.