

## Уход за лежачими больными: методы гигиенических процедур

Необходимость ухаживать за больным человеком, который не может встать с постели и нуждается в опеке и заботе родных и близких, всегда заставляет нас задуматься о необходимости получения каких-то навыков, помогающих справиться с этой непростой проблемой.

В нашей статье мы ознакомим вас с этими важными аспектами по уходу за лежачими больными, и эта информация поможет вам избежать ошибок. Уход за лежачим больным в домашних условиях начинается именно с того, чтобы создать ему максимально комфортные условия.



Для этого выделите тяжело больному самую солнечную комнату, ведь

солнечный свет способствует выработке мелатонина – гормона, оказывающего антидепрессивное действие.

Следующее, что нужно учесть – это обстановка в комнате.

Поставьте прикроватную тумбочку. На тумбочку положите вещи, до которых больной сможет сам дотянуться: чашку-непроливайку, влажные и сухие салфетки, книги/газеты, радио, телефон, пульт, стакан для хранения зубных протезов.



**В тумбочку сложите вещи, которыми вы будете ежедневно пользоваться для ухода:**

- камфорный спирт, при нанесении которого вы будете делать массаж, особенно в области грудной клетки;
- тальк, которым нужно присыпать потеющие места – чтобы не было пролежней;
- антисептики: с их помощью нужно обрабатывать те места, которые трутся о поверхность кровати или о другие части тела (подробнее – в статье [«Профилактика пролежней у лежачих больных»](#));



- термометр, которым нужно пользоваться дважды в день;
- тонометр, с помощью которого измеряют давление;
- ватные палочки для чистки ушей;
- спирт и вата (можно купить отдельные проспиртованные салфетки) – обрабатывать небольшие нарушения целостности кожных покровов;
- запас подгузников;
- принимаемые препараты.

Лежачему больному нужно обеспечить комфортный температурный режим. В комнате проводить обязательное проветривание. Оно осуществляется не менее 3 раза в день, по 10-20 минут. При этом нельзя делать сквозняк, так как пожилые лежачие больные ослаблены и могут легко простудиться. Поэтому во время проветривания укрывайте его одеялом, а летом – легкой простынкой.

Можно проводить кварцевание переносной лампой, которую нужно ставить так, чтобы она была не ближе 1,5 м от больного. Человек, проводящий процедуру, сам должен надеть прилегающие к лампе черные пластмассовые очки и проводить облучение не дольше 2-3 минут.

Влажная уборка в комнате лежачего больного осуществляется дважды в день. Применять при этом резко пахнущие хлорсодержащие средства не рекомендуется: они могут вызвать раздражение дыхательных путей у больного. Если же есть необходимость проводить именно такую уборку, то после нее нужно хорошо проветривать помещение.

**Теперь о гигиене.** Лежачему больному тоже нужно чистить зубы, умываться, мыть голову. Умывать лежачего человека можно влажным полотенцем, влажной ваткой, особое внимание уделяя глазам, ноздрям и ушам. Мытье головы больного должно проводиться по мере загрязнения волос. Расчесывать нужно утром и вечером, желательно длинные волосы укоротить, ухаживать за ними будет легче.

Если человек не в состоянии сидеть, и не может самостоятельно почистить зубы, то



можно

использовать очищающую жевательную резинку. Лежачего больного необходимо ежедневно обтирать жестким полотенцем - это и гигиеническая процедура, и массажная. Особое внимание надо уделять подмышечной области и паховой, у женщин - области под грудью. Всегда с лежачими больными встает

проблема отправления естественных надобностей. Если больной в состоянии хотя бы 5-10 минут находиться в сидячем положении, если он чувствует позывы, то можно поставить рядом с кроватью биотуалет. На ночь надевать подгузник. Практика показывает, что подгузники лучше покупать на 1 размер больше. Под простынь следует стелить впитывающую пеленку. После



того, как больной опорожнил кишечник, его следует оставлять на час-два без подгузника, чтобы проветрить паховую область и ягодицы. Для облегчения ухода мужчин можно держать в одном подгузнике, а женщинам шить короткую тунику без рукавов чуть ниже пояса.

Лежачие больные часто теряют ориентир не только во времени, но и в пространстве. В результате - они могут упасть с кровати и получить ушибы и травмы. Чтобы избежать несчастных случаев, следует приделать к кровати поручни и отвинтить (отпилить) ножки кровати или приобрести функциональную кровать. Постельное белье лежачему больному следует менять ежедневно.



Уход за лежачим больным таит немало подводных камней, неожиданных неприятностей, главный из которых - появление пролежней. Не допустить появления и своевременно обнаруживать и лечить начавшиеся пролежни - основная задача в уходе за лежачим больным. Профилактика пролежней сводится к тому, чтобы переворачивать больного каждые 2-3

часа на другой бок, менять позу его тела. Как минимум 1 раз в день, обычно при утреннем туалете, необходимо делать массаж всего тела. Неплохо помогают противопролежневые матрасы. Первый признак пролежня - на коже появляется красное пятно, а в самом ближайшем времени в его центре образуется нечто, напоминающее мокрый мозоль. Начавшиеся пролежни развиваются стремительно, поэтому желательно больного дважды в день обследовать на предмет их обнаружения. Такие очаги необходимо обрабатывать смесью водки и обычного шампуня в пропорции 50х50, а затем смазывать ранозаживляющей мазью.

Если у кого-то из ваших знакомых есть лежачий больной, проявите чуточку сострадания и участия к тем, кто за ним ухаживает. Наличие лежачего больного угнетает, это очень печально, наблюдать, как твой близкий угасает. Хотя бы иногда интересуйтесь, как дела, не нужна ли помощь. Пригласите ухаживающего в гости, помогите ему хотя бы не на долго отвлечься от своих проблем.

