

UŁOŻENIE CHOREGO

3 grupy pacjentów:

- chorzy z pełną ruchomością, nie wymagający specjalnego ułożenia
- ciężko chorzy z ograniczoną możliwością ruchów, nie mogący poprawić swej pozycji – ułożenie zapewniające wygodę, zapobiegające zniekształceniom.
- chorzy, u których ułożenie jest zależne od schorzenia, albo włączone w proces leczenia

3 ułożenia chorych:

- na plecach czyli w pozycji grzbietowej (pozioma, półwysoka/półsiedząca, wysoka/siedząca)
- na boku czyli w pozycji bocznej (pozioma, półwysoka, wysoka)
- na brzuchu

Uwaga: pozycja **półwysoka** powinna być zarezerwowana wyłącznie do okresów, kiedy karmimy pacjenta tj. około 15 min. przed i do 0,5 godziny po karmieniu! (w takiej pozycji najczęściej powstają odleżyny).

Prawidłowe ułożenie chorego:

- zapobiega powstawaniu deformacji kostnych i przykurczy i zaników mięśniowych
- zapobiega uszkodzeniu stawów, głównie barkowego i biodrowego
- poprawia wydolności układu krążenia i układu oddechowego
- ułatwia dostarczanie bodźców dochodzących do mózgu
- zapobiega powstawaniu odleżyn i odparzeń

Ułożenie dostosować do zmieniającego się stanu ogólnego chorego. Układać na przemian na wznak i na bokach. Częstość zmiany pozycji jest indywidualna; nawet co 30 minut. Maksymalnie w jednej pozycji chory może przebywać 2 - 3 godz.

- zapobiegaj kontaktowi pomiędzy wyniosłościami kostnymi, takimi jak kolana, kostki,
- używaj poduszek i klinów piankowych zabezpieczonych pokrowcami z naturalnych włókien,
- używaj podkładek z runa owczego pod pośladkami, piętami i łokciami - zmniejszają tarcie między ciałem a podłożem,
- używaj poduszeczek z miękkiej tkaniny lnianej, wypełnionych siemieniem lnianym (szczególnie w upalne dni),
- nie stosuj kótek pod pięty czy pośladki bez względu na materiał z którego zostały wykonane,
- zabezpiecz skórę pacjenta w miejscach szczególnie narażonych na wilgoć opatrunkami lub preparatami ochronnymi, stosuj opatrunki profilaktyczne, np. z pianki poliuretanowej na wyniosłości kostne,
- zastosuj materac statyczny (wykonany z odpowiedniej pianki) dla chorych, którzy mogą samodzielnie zmienić pozycje w łóżku,

Uwaga: popularne materace „typu jeź” nie spełniają funkcji zapobiegającej powstawania odleżyn.

- zastosuj materac zmiennociśnieniowy, zasilany prądem dla ciężko chorych. Powietrze wtłaczane przez pompę do poszczególnych układów komór ciągle zmienia swoje położenie i tym samym wywołuje bezpieczny ucisk, co kilka minut w innym miejscu ciała chorego. Materac, który skutecznie zapobiega powstawaniu odleżyn, to materac rurowy,
- odciążaj plecy chorego układając go na brzuchu (gdy wydolny oddechowo), zalecane, gdy chory ma otarcia lub odleżynę na kości krzyżowej,
- zakładaj prześcieradło – starannie wyprasowane (bez zagięć i załamań), dobrze naciągnięte: brzegi podłożone pod materac lub przypięte dużymi, mocnymi agrafkami,
- pościel i bielizna osobista chorego nie mogą drażnić i uciskać jego skóry,
- zastosuj taśmy z uchwytem do podnoszenia się chorego, ułożonej zawsze w zasięgu jego rąk,
- zastosuj delikatne unoszenie i zginanie kończyn, ćwiczenia izometryczne,

UŁOŻENIE CHOREGO

KORZYSTANIE Z MATERACA PRZECIWOELEKTRYCZNEGO NIE ZWALNIA OPIEKUNÓW OD OBOWIĄZKU ZMIANY UŁOŻENIA CIAŁA CHOREGO

Korzystanie z wózka

- dostosuj wózek do stanu pacjenta,
- upewnij się, że chory jest bezpieczny (w razie potrzeby zastosuj taśmy zabezpieczające)
- zmieniaj pozycję siedzenia co 15-20 minut, aby chwilowo odciążać miejsca nadmiernie obciążone i ułatwić lepsze ukrwienie tej okolicy, jeśli jest to niemożliwe, siedzenie w wózku nie powinno trwać dłużej niż 2-3 godziny,
- stosuj poduszki zmiennociśnieniowe lub inne, odciążające okolicę guzów kulszowych i rozkładające ciężar ciała na większy obszar.

Przemieszczanie pacjenta

- stosuj tzw. łatwoślizgi przy przenoszeniu ręcznym chorego, obracaniu i podciąganiu w łóżku (łatwoślizg może wyglądać jak kawałek bardzo śliskiej tkaniny lub folii albo śpiwór mający w środku materiał o bardzo niskiej przyczepności),
- stosuj podkładki obrotowe (ułatwiają wstawanie pacjenta),
- zmniejsz tarcie skóry o pościel stosując np. skrobię kukurydzianą, kremy i opatrunki ochronne, którymi zabezpieczamy miejsca podrażnione (takie jak cienkie hydrokoloidy np. Granuflex Extra Thin lub opatrunki piankowe np. AQUACEL Foam) oraz poduszki i podpórki ochronne.

STARAJ SIĘ NIE OKAZYWAĆ PRZY CHORYM SMUTKU, ZNIECIERPLIWIEŃ, NAWET ZMĘCZENIA. MOŻE TO ODCZUĆ BOLEŚNIEJ NIŻ SAMĄ CHOROBE.