Załącznik 1 P

Pielęgnacja pacjentów po udarze

Pielęgnacja i toaleta ciała, kąpiel
- zastosowanie delikatnych środków myjących, balsamów, środków nawilżających
- zaleca się codzienne wykonanie toalety porannej i wieczornej, toaleta jamy ustnej, toaleta protez zębowych
- przy każdej aplikacji środków pielęgnacyjnych stosuje się masaż i delikatne oklepywanie skóry
- w czasie kąpieli należy udzielać tylko niezbędnej pomocy i pełnic funkcję asekuratora chorego.

Mycie ręką sprawną porażonej strony
Pacjent siedzi na krześle , opierając niewładną kończynę o umywalkę, myje się, a opiekun stoi za chorym i czuwa nad utrzymaniem równowagi pacjenta.

Ubieranie i rozbieranie się
Opiekun rozpoczyna wszelkie działania przy pacjencie zawsze od strony porażonej.

Zakładanie górnej części garderoby
Pacjent siedzi lekko pochylony do przodu niewładną rękę ułoży między kolanami zdrową rękę wkłada garderobę powyżej łokcia niewładnej ręki, sprawną rękę wkłada w drugi rękaw, wciąga podkoszulek przez głowę.

Zakładanie dolnej części garderoby
Nogę niewładną należy założyć na drugie kolano i wciągnąć na nią nogawkę spodni następnie trzeba włożyć drugą nogawkę na zdrową kończynę, potem chory musi wstać, podeprzeć się biodrami np: o stół i wciągnąć spodnie.

Rozbieranie polega na zastosowaniu tej samej techniki tylko czynności wykonywane są w odwrotnej kolejności najpierw kończyny zdrowe, następnie porażone.

Rozbieranie górnej części garderoby
Pacjent siada na krześle, niewładna rękę układa pomiędzy kolanami, sprawną ręką chwyta za koszulkę i ściąga ją przez głowę rozbiera sprawną rękę, następnie zdejmuje ubranie z ręki niewładnej.

Zakładanie skarpet , butów
Przy wkładaniu skarpet pacjent rozwiera skarpetę kciukiem, palcem wskazującym i środkowym zdrowej ręki i wciąga kolejno na obie stopy. Buty natomiast wkłada się "w powietrzu" nakładając na przednią część stopy, następnie stopę ustawia się na podłodze i wsuwa piętę do buta naciskając dłonią kolano porażone, można użyć łyżki do butów.

Zalecana jest odzież dwuczęściowa, z naturalnych surowców zapinana na zamki, rzepy, napy, obuwie wsuwane lub zapinane na rzepy z wysoką piętą, stabilizujące staw skokowy.

Spożywanie posiłków
- Korzystanie ze stolika przyłóżkowego typu "przyjaciel" umożliwi choremu sprawną konsumpcję posiłku.
- Sztućce przeznaczone dla chorych po udarach powinny mieć szeroką , wygodną rękojeść która ułatwi utrzymanie ich w dłoni.
-Przy posiłkach wskazane jest stosowanie nakładek na talerze, które chronią przed zsuwaniem się jedzenia z talerza i ułatwią nabieranie na łyżkę , widelec.
-Podawanie choremu płynów do picia w kubkach z ustnikiem zabezpiecza przed zanieczyszczeniem oraz pozwala na samodzielne i swobodne korzystanie z nich.
- Podczas posiłków chorą dłonią wraz z łokciem układaj na stole , blacie, "przyjacielu" , będziesz mógł podczas jedzenia kontrolować napięcie mięśniowe chorej ręki.

UKŁADANIE PORAŻONYCH KOŃCZYN PO UDARZE

Pozycja leżąca na plecach

Kończyna górna porażona:
- Bark w odwiedzeniu ok. 45°
- Łokieć lekko zgięty
- Dłoń otwarta, podparta wałkiem

Kończyna dolna porażona:
- Biodro w lekkim odwiedzeniu
- Kolano lekko zgięte
- Stopa w pozycji neutralnej z podparciem

Pozycja leżąca na zdrowym boku

Kończyna górna porażona:
- Umieszczona z przodu ciała
- Bark w lekkim odwiedzeniu
- Łokieć lekko zgięty
- Dłoń otwarta

Kończyna dolna porażona:
- Ułożona do przodu
- Biodro i kolano zgięte ok. 30–45°
- Stopa w pozycji neutralnej

Pozycja leżąca na porażonym boku

Kończyna górna porażona:
- Wyciągnięta w przód
- Bark w lekkim odwiedzeniu
- Łokieć lekko zgięty
- Dłoń otwarta

Kończyna dolna porażona:
- Lekko zgięta w stawie biodrowym i kolanowym
- Stopa w pozycji neutralnej

Spożywanie posiłków

Pacjent siedzi lekko pochylony przy stole, ręka niewładna wysunięta do przodu. Podczas posiłków układaj chorą dłoń i łokieć na stole lub blacie przymocowanym do wózka. Opiekun wspomaga pacjenta a nie wykonuje czynności za niego.

Przygotowanie kanapki. Pomoc w posługiwaniu się kubkiem.

Przygotowanie chorego do samoobsługi

-nie wyręczanie chorego w czynnościach które może wykonać sam
- pomoc w wykonywaniu toalety ciała, toalety jamy ustnej, myciu rąk przed posiłkami
- przy zakładaniu odzieży zaczynać od strony niedowładu/ porażenia
- wkładając górną część garderoby pierwszej kolejności nałożyć rękaw na kończynę niesprawną , potem włożyć ubranie przez głowę , a na końcu sprawną rękę
- wkładając spodnie także zacząć od ubierania kończyny niesprawnej
- ściąganie odzieży należy przeprowadzić w odwrotnej kolejności
- wykorzystanie luźnych podkoszulków i spodni dresowych zamiast piżamy
- zakładanie butów również zaczynamy od strony kończyny niesprawnej
- zaopatrzenie chorego w sprzęt i przybory ułatwiające samoobsługę
- zaopatrzenie w balkonik, trójnóg do chodzenia oraz wózek inwalidzki.