

### Procedura mycia podopiecznego w łóżku

Ze względu na stan zdrowia konieczne jest wykonanie toalety w łóżku.

#### I. Czynności przygotowawcze:

- higieniczne mycie rąk,
- założenie rękawiczek,
- przygotowanie zestawu:
  - parawan,
  - mydło, mydelniczka, żel do mycia ciała, szampon,
  - myjka lub gąbka,
  - ręcznik cienki i gruby,
  - spirytus salicylowy,
  - maści pielęgnacyjne np.: Sudocrem, wazelina,
  - oliwka do nacierania pleców i pośladków,
  - miednica z wodą,
  - kubek z ciepłą wodą do mycia zębów,
  - pasta, szczoteczka do zębów lub płyn do płukania ust,
  - podkłady higieniczne,
  - basen,
  - dzbanek z ciepłą wodą,
  - miska nerkowata,
  - gaziki,
- zamknięcie w pokoju okien i drzwi,
- zapewnienie temperatury w pokoju 22-26°C,
- poinformowanie podopiecznego o planowanych działaniach,
- zapewnienie intymności,
- zapewnienie podopiecznemu wygodnej i bezpiecznej pozycji.

#### II. Czynności właściwe:

- Umycie zębów:
  - podłożenie pod brodę podopiecznego cienkiego ręcznika,
  - uniesienie głowy podopiecznego lewą ręką,
  - podanie kubka z wodą do przepłukania jamy ustnej,
  - podanie miski nerkowatej,
  - podanie podopiecznemu szczoteczki z pastą do zębów,
  - mycie zębów przez podopiecznego samodzielnie,
  - naprzemienne podawanie przez opiekuna wody i miski nerkowatej, aż do momentu wypłukania jamy ustnej,
  - osuszenie ręcznikiem ust podopiecznego,
  - wyjęcie ręcznika spod brody podopiecznego.
- Umycie twarzy, uszu, nosa, szyi:
  - zdjęcie podopiecznemu koszulki i zawieszenie na krześle,
  - podłożenie pod głowę podopiecznego ręcznika (uniesienie głowy ręką od strony dalszej, a lewą od strony bliższej) i wsunięcie ręcznika tak, aby końce ręcznika znalazły się na bokach podopiecznego,

- zmoczyć gąbkę (bez mydła) i zmycie powieki dalszej w kierunku od zewnątrz do wewnątrz kąta oka,
  - zmycie powieki bliższej (użycie innej części gąbki), w przypadku sklejonnych powiek poprzez zaschnięta wydzielinę pozostawić na 30 sekund zwilżony wodą gazik, a następnie zmycie powiek,
  - umycie twarzy podopiecznego namydloną myjką lub samą wodą za pomocą ruchów okrężno – posuwistych zachowując kolejność:
    - czoło,
    - policzek dalszy,
    - nos,
    - policzek bliższy,
    - broda,
    - okolica pod nosem i usta,
  - osuszenie umytej twarzy,
  - nałożenie na usta środka ochronnego np.: wazeliny,
  - oczyszczenie widocznej części przewodu słuchowego za pomocą namoczonego gazika i patyczków,
  - mycie za pomocą gąbki wewnętrznej i zewnętrznej strony małżowiny i osuszenie jej,
  - mycie i osuszenie szyi podopiecznego,
  - usunięcie ręcznika spod głowy podopiecznego,
  - dokonanie zmiany wody w miednicy.
- Mycie kończyn górnych:
- podłożenie ręcznika grubego pod lewą rękę,
  - ustawienie miednicy z wodą obok mydelniczki na łóżku pod ręką podopiecznego,
  - umycie gąbką kąpielową ramienia i przedramienia,
  - umycie dołu pachowego unosząc kończynę do góry,
  - umycie dłoni podopiecznego,
  - osuszenie ręki ręcznikiem,
  - usunięcie ręcznika,
  - powtórzenie czynności - ręka prawa,
  - obcięcie paznokci.
- Mycie klatki piersiowej:
- podłożenie ręcznika pod plecy podopiecznego do okolicy bioder,
  - umycie klatki piersiowej,
  - ocena stanu skóry pod piersiami głównie u kobiet (odparzenia),
  - osuszenie klatki piersiowej ręcznikiem,
  - umycie brzucha, pępka i okolic bioder,
  - osuszenie umytych okolic,
  - dokonanie wymiany wody.
- Mycie kończyn dolnych:
- ułożenie kończyny dolnej w odwiedzeniu,
  - ugięcie kończyny dolnej w kolanie,
  - podłożenie ręcznika poniżej uda,

- umycie, splukanie i wytarcie uda,
- powtórzenie czynności przy drugiej kończynie dolnej,
- wstawienie pod stopy miednicy z wodą,
- umycie podudzia i stopy,
- osuszenie podudzia i stopy ręcznikiem,
- obcięcie paznokci u palców stóp,
- usunięcie zrogowaciałego naskórka z pięt.
- Mycie pleców i pośladków:
  - ułożenie podopiecznego na boku,
  - ułożenie wzdłuż pleców ręcznika (podsunięcie jak najbliżej placów),
  - umycie pleców i pośladków, na końcu szpary pośladkowej,
  - osuszenie umytych części ciała, dodatkowo natarcie ich spirytusem salicylowym, oliwką i wykonanie 10-15 min. Masażu ze zwróceniem szczególnej uwagi na plecy, pośladki, okolice kości krzyżowej.
- Mycie krocza:
  - ustawienie obu kończyn w ugięciu,
  - podłożenie podkładu zabezpieczającego pod pośladki podopiecznego,
  - podłożenie ręcznika pod pośladki podopiecznego,
  - podłożenie basenu pod pośladki podopiecznego,
  - mycie spojenia łonowego,
  - splukanie wodą z dzbanka umytych okolic i zewnętrznych narządów płciowych,
  - osuszenie krocza za pomocą ręcznika,
  - wyjęcie i odstawienie basenu,
  - usunięcie podkładu i ręcznika spod pośladków,
  - założenie piżamy, koszuli nocnej.
- Czesanie włosów:
  - podłożenie pod głowę ręcznika,
  - uczesanie włosów,
  - usunięcie ręcznika,
  - ułożenie podopiecznego w wygodnej pozycji.

### III. Czynności końcowe:

- uporządkowanie sprzętu, materiału, otoczenia,
- umycie i dezynfekcja użytych przyborów,
- poprawienie zasłania łóżka,
- zdjęcie rękawiczek,
- higieniczne mycie rąk,
- odnotowanie w zeszycie kąpeli.