

### Procedura pielęgnacji paznokci i stóp

I. Czynności przygotowawcze:

- higieniczne mycie rąk,
- założenie rękawiczek,
- ocena stanu stóp i paznokci,
- przygotowanie zestawu:
  - miska z ciepłą wodą o temp. 36-39°C,
  - mydło w płynie,
  - nożyczki do paznokci lub cążki,
  - ręcznik,
  - podkład zabezpieczający materac przed zamoczeniem (w przypadku osób leżących),
  - krem lub balsam do stóp (do osobistego użytku),
  - pumeks drobnoziarnisty (do użytku osobistego),
- przygotowanie podopiecznego:
  - poinformowanie podopiecznego o celu i kolejności wykonywanych czynności,
  - ułożenie podopiecznego w wygodnej pozycji.

II. Czynności właściwe:

- zanurzenie jednej nogi w ciepłej wodzie z mydłem, moczenie przez 5-10 minut,
- uniesienie zanurzonej stopy ku górze,
- umycie miejsc zrogowaciałych pumeksem (nie należy ich ścinać) lub kremem ścierającym,
- ponowne zanurzenie stopy w mydlanej wodzie,
- ułożenie stopy umytej na ręczniku i otulenie jej,
- odstawienie miski z wodą pod drugą stopę w celu zmiękczenia skóry (temp. wody 36-39°C),
- staranne osuszenie stopy ręcznikiem ze zwróceniem szczególnej uwagi na przestrzenie między palcami,
- obcinanie paznokci nożyczkami lub obcinaczką do wysokości paliczków prosto lub zaokrąglając brzegi,
- usunięcie zanieczyszczeń spod paznokci,
- posmarowanie stopy balsamem do stóp,
- pielęgnację drugiej stopy przeprowadzić wykonując powyższe czynności w takiej samej kolejności.

UWAGA! Jeśli skóra wokół paznokcia jest zaczerwieniona, tkliwa, lub gdy pojawi się wysięk należy zawiadomić pielęgniarkę.

III. Czynności końcowe:

- uporządkowanie otoczenia:
  - umycie miski służącej do moczenia nóg,

- umycie, zdezynfekowanie, osuszenie narzędzi (obcinaczki do paznokci, nożyczek), które są własnością podopiecznego i umieszczenie w pudełku podpisanym imieniem i nazwiskiem,
  - umycie i osuszenie pumeksu umieszczenie w pojemniku,
  - zdjęcie rękawiczek,
  - higieniczne mycie rąk,
  - odnotowanie wykonania czynności,
- mycie i dezynfekcja narzędzi służących do obcinania paznokci, które są własnością dps:
- higieniczne mycie rąk,
  - założenie rękawiczek,
  - umieszczenie brudnych narzędzi w pojemniku,
  - przeniesienie pudełka do pomieszczenia poziom 0 strona żeńska p. 09,
  - dezynfekcja narzędzi środkiem VIRCON – wg instrukcji,
  - użycie sterylizatora kulkowego – wg instrukcji,
  - użycie sterylizatora typ NEW GERMIX – wg instrukcji,
  - umieszczenie czystych narzędzi w pudełku do tego celu przeznaczonym,
  - zdjęcie rękawiczek,
  - higieniczne mycie rąk,
  - odnotowanie wykonania czynności w zeszycie podpisem.