



kampaň # Pomáhám pečovat

Kurz: Základy moderního ošetrovatelství v praxi

Desatero pečovatele

„V péči o štěstí druhých nacházíme to své vlastní.“ Platón

Absolvovali jste již kurz Moderní ošetrovatelství v praxi a potřebujete připomenout základní zásady? Nebo jste na kurzu nebyli, ale zajímá Vás, jak se chovat k osobě ležící na lůžku, resp. klientovi zdravotnického nebo sociálního zařízení? Může to být Váš blízký nebo klidně soused v domě. Tyto zásady jsou jednoduché, logické, dobře se pamatují a dají se využít také při domácí péči. Tak si je pojďme představit.

1. K lidem se chováme tak, jak bychom chtěli, aby se někdo choval k nám.

Základní etické pravidlo aplikovatelné vždy a všude. Klient je dočasně nebo dlouhodobě pohybově, někdy také mentálně indisponován. Neznamená to ale, že s ním můžeme jednat jinak. Co kdybychom byli na jeho místě?

2. Komunikace probíhá obousměrně.

Komunikace s klienty, často se seniory, je v mnoha ohledech velice specifická. Jde jim to pomalu, opakují, co říkali včera atd. Jsme trpěliví a necháme jim tolik prostoru, kolik je nutno, aby s námi mluvili.

3. Nebojíme se zeptat, a to jak klienta, tak i personálu.

“Tady na ty brýle dosáhnete? Netlačí vás to?” Pro nás jednoduché věci, pro osobu na lůžku s omezenou možností se pohybovat, ale znamenají moc. Když si nepamätujeme, nebo si nejsme jistí, jednoduše se zeptáme. A ptáme se tolikrát, kolikrát potřebujeme. Čím víc se ptáme, tím víc víme.

4. Informace o zdravotním stavu či o úmrtí podává výhradně lékař.

Tato zásada platí ve všech zdravotnických a sociálních zařízeních. Náš úkol není stanovovat prognózy, způsoby vyléčení a další. A o stavu klienta neinformujeme jeho samotného, ani jeho příbuzné.

5. Případné otlaky, změny na kůži, změny chování nebo náhlou nechuť k jídlu ohlásíme ihned ošetrojícímu personálu.

Pokud při hygieně narazíte na skvrny, vyrážky nebo puchýře, může se jednat o počínající opruzeniny nebo proleženiny. V obou těchto případech je důležité zahájit léčbu co nejdříve. Proto podobné signály hlásíme zdravotnickému personálu.

6. Podporujeme klienta k co nejvyšší míře péče o sebe.

Je velice důležité, aby se klient dle svých možností sám zapojil do péče o sebe nebo do denní rutiny. Jsme nápomocní a trpěliví, často to vyžaduje úsilí a nějakou dobu to trvá.



kampaň # Pomáhám pečovat

Kurz: Základy moderního ošetřovatelství v praxi

7. Hygiena je velmi důležitá a nedostatek hygieny vede k závažným zdravotním komplikacím.

Velkou pozornost věnujeme místům, která jsou v plenách a která se hodně potí. Mohou se zde vytvořit bolestivé opruzeniny. Správná hygiena je účinná prevence a zajišťuje celkové pohodlí klienta, proto ji nepodceňujeme, i když se na lůžku provádí o něco komplikovaněji.

8. Při provádění hygieny zajistíme klientovi soukromí a teplo.

Přestože nám je lépe při otevřeném okně, v průběhu hygieny bude klient bez oblečení a namočený. Mohl by tedy prochladnout. Pokud nemůžeme hygienu provádět v koupelně, odcloníme vedlejší lůžko například paravánem.

9. Dbáme na to, aby klient dostal správnou dietu a dodržoval pitný režim.

Správnou dietu určuje klientovi dietní sestra nebo lékař. Předepsanou dietu tedy dodržíme, abychom se vyhnuli někdy i závažným komplikacím. Dostatek tekutin je důležitý, často hlavně seniory je k pití nutné pobízet.

10. Dbáme také o svoji fyzickou a psychickou pohodu.

Starat se o jiné je velmi náročné na psychiku. Pokud se pečovatel zhroutí, nikomu nepomůže. Proto je důležité myslet taky na sebe, abychom měli při práci co možná nejvíce pohody (hlad, žízeň, únava, stres). Nebojíme se požádat o pomoc, když cítíme, že nám docházejí síly.

Základní péči o osoby na lůžku se můžete naučit, nebo své dovednosti zdokonalit na kurzu Moderní ošetřovatelství v praxi. Více informací a přihlášku naleznete na webu zvladnemetto.cervenkykruz.eu.

Přejeme vám hodně štěstí a děkujeme za to, že jste ochotni pomáhat.



Český červený kříž

<https://zvladnemetto.cervenkykruz.eu/>