

	<p>ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ «КОМПЛЕКСНЫЙ ЦЕНТР СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ «ИСТОК» ОТДЕЛЕНИЕ РЕАБИЛИТАЦИИ (АБИЛИТАЦИИ) ГРАЖДАН СТАРШЕГО ПОКОЛЕНИЯ И ИНВАЛИДОВ ПО СДУ РЕСУРСНЫЙ ЦЕНТР</p>
--	--

Методические рекомендации по организации мытья маломобильных граждан в домашних условиях

Ульяновск, 2026

Уход за тяжелобольным человеком - это, прежде всего, максимальное сохранение качества жизни больного.

Искусство ухода и заключается в том, чтобы ухаживать не за пациентом с каким-либо заболеванием, а за человеком, обладающим индивидуальными особенностями, характером, привычками, желаниями.

Ухаживая за больным человеком, особенно важно обезопасить себя от физических перегрузок, травм. Для того чтобы сохранить длительную работоспособность, ухаживая за тяжелобольным человеком, Вам необходимо:

- ✓ иметь хорошую физическую форму, уметь пользоваться правилами поднятия и перемещения тяжестей, заботиться о своем здоровье;
- ✓ соблюдать правила санитарии и гигиены.

Создание благоприятных условий для человека, деликатное и тактичное отношение, готовность оказать помощь в любую минуту являются обязательными условиями качественного ухода.

Итак, при уходе за больными людьми, необходимо соблюдать некоторые обязательные правила.

Всегда будьте начеку, ведь больной не может контролировать свое сознание, и покой может внезапно смениться возбуждением от болезненного приступа.

Для ухаживающего персонала очень важно иметь такие качества, как терпение, находчивость и бдительность, нужно всегда помнить - больной непредсказуем.

При общении и уходе важно соблюдать правильное соотношение вежливости, приветливости, ласки и участия. Ведь больной, каким бы ни было его заболевание, прекрасно понимает отношение к нему, причем, иногда он и вовсе не считает себя больным.

Хорошее отношение к себе больные люди всегда замечают и очень ценят его. Сюсюканье или грубость неприемлемы при общении с больными, они могут стать лишним раздражителем для возбужденной нервной системы больного и спровоцировать припадок агрессии. Громкие звуки или музыка могут также раздражать больного человека.

Специальный уход - это мероприятия направленные на улучшение качества жизни больного с учетом его основного заболевания, возраста и физических ограничений (деменция, перелом шейки бедра, инсульт и т.д.)

Организации мытья маломобильных граждан в домашних условиях

Мытье в постели

Для маломобильного гражданина, прикованного к постели, водные процедуры являются неотъемлемой частью ежедневного ухода. К гигиеническим процедурам относятся утренние и вечерние умывания, мытье кожных покровов, подмывание (интимная гигиена). Однако в течение дня может возникнуть необходимость повторного проведения гигиенических мероприятий (высокая температура, диарея, перевязки и т.д.).

В зависимости от степени активности больного необходимо приготовить те или иные приспособления, облегчающие ежедневную гигиену.

Водные процедуры благотворно влияют на эмоциональное состояние пациента: ощущение чистоты и свежести поднимает настроение и расслабляет, помогая забыть о болезни.

Мытье подопечного методом протирания является одним из наиболее удобных способов, который позволяет ухаживающему персоналу провести эту манипуляцию меньшими физическими затратами и одновременно создает комфортные условия нашему подопечному.

Рекомендуется использовать для гигиенических мероприятий и ухода за кожей только специально разработанные средства гигиены: лосьоны, пенки для ухода за кожей, крема, салфетки и т.д.

Мытье получателя социальных услуг методом протирания

Необходимое оснащение:

- ✓ Перчатки.
- ✓ Таз для мытья — 2 шт (объем не более 2 литров).
- ✓ Впитывающая пеленка.
- ✓ Рукавички или салфетки для мытья больных.
- ✓ Нагрудник.
- ✓ Шпатель.
- ✓ Раствор свежесжатого сока лимона.
- ✓ Глицерин.
- ✓ Моющий лосьон, пенка для интимной гигиены, тонирующий гель, бальзам, защитный крем.
- ✓ Ватные палочки.
- ✓ Турунды.

- ✓ Полотенце махровое 2 шт.



Ухаживая за подопечным, важно соблюдать правила санитарии и гигиены. Знать и уметь пользоваться правилами поднятия и перемещения подопечного в постели, для того, чтобы сохранить длительную работоспособность, ухаживая за ним.

Что нужно помнить, проводя гигиенические процедуры:

- ✓ если движение причиняет боль, необходимо дать подопечному обезболивающее средство, за час до процедуры;
- ✓ обеспечить спокойную обстановку во время манипуляции (закреть дверь и попросить посторонних не входить во время процедуры или отгородиться ширмой);
- ✓ во время проведения процедуры тело получателя социальных услуг укрыть легким одеялом или простыней во избежание переохлаждения;
- ✓ во время принятия гигиенических процедур температура воздуха в комнате должна быть не меньше 24°C , а температура моющего раствора не меньше 40°C , проверять температуру воды нужно внутренней стороной запястья;
- ✓ чтобы избежать переохлаждения, следует мыть подопечного последовательно;
- ✓ нельзя пользоваться присыпками, марганцовкой, спиртовыми растворами, так как эти вещества сушат кожу, в результате чего появляется высокая вероятность получить микротравму кожи с последующим ее инфицированием. Использование масляных растворов не рекомендуется, так как они не пропускают воздух и не дают возможность дышать коже.

Алгоритм мытья получателя социальных услуг методом протирания

1. Необходимо сообщить подопечному о предстоящей процедуре и получить его согласие.
2. Приготовить все необходимое рядом с кроватью, чтобы не отвлекаться во время процедуры и не оставлять подопечного одного.
3. Надеть перчатки, фартук.
4. Поднять головной конец кровати. Придать подопечному положение полусидя.
5. Подстелить под голову впитывающую пеленку.
6. Начать мытье подопечного с обработки полости рта.
7. Налить в емкость 1000 мл теплой (до 40С) воды и используемое моющее средство для мытья получателя социальных услуг.
8. Обработать глаза салфеткой от внешнего угла к внутреннему и повторить обработку несколько раз, до полного устранения выделений из глаз. Затем насухо протереть обработанные участки.
9. Промыть ушные раковины и наружный слуховой проход.
10. Опустить головную часть кровати.
11. Снять рубашку с больного.
12. Подстелить под голову и лопатки впитывающую пеленку.
13. Протереть лицо, кожу за ушами, шею, и грудь моющим раствором. Затем просушить обработанные участки чистым полотенцем.
14. Нанести на шею и грудь больного тонизирующий гель и легкими массажными движениями распределить по всей области.
15. Вымыть тщательно руки больному (кисти рук, предплечье, плечо). Просушить.
16. Нанести легкими массажными движениями на предплечья и плечи тонизирующий крем.
17. Повернуть больного на бок так, чтобы он был к вам лицом.
18. Сменить моющий раствор и емкость. Вымыть моющим раствором спину больного, затем просушить полотенцем. Нанести легкими массажными движениями тонизирующий гель.
19. Надеть на больного чистую рубашку.
20. Постелить впитывающую пеленку под ноги больного.
21. Вымыть поочередно обе ноги, тщательно протирая стопы и межпальцевую область, голени, колени, бедра. Просушить обработанные участки полотенцем, нанести бальзам для сухой кожи на голень и бедра, массирующими движениями. На пятки и пальцы ног нанести крем для ухода за сухой и огрубевшей кожей.

22. Провести интимную гигиену очищающей пенкой.
23. Надеть чистый подгузник или сетчатые штанишки с прокладкой.
24. Использованные одноразовые гигиенические средства сложить в мешок для последующей утилизации.
25. Тазики тщательно промыть и продезинфицировать

Щадящая очистка моющими лосьонами

Моющиеся лосьоны за счет мягких активных моющих компонентов обеспечивает щадящую и тщательную очистку, особенно при сухой и чувствительной коже. Смягчающие кожу вещества, а также натуральные свойства активных элементов биокомплекса льна, пантенола и ромашки делают кожу эластичной и способствуют регенерации.

Преимущества:

- ✓ Позволяет полностью вымыть пациента методом протирания.
- ✓ Хорошо очищает кожу от загрязнений.
- ✓ Увлажняет, питает кожные покровы.
- ✓ Поглощает запах мочи и кала.
- ✓ Тонизирует кожу.
- ✓ Облегчает уход за пациентом.

Особенно рекомендуется использовать при различных патологиях, где функцию вывода токсинов из организма берут на себя кожные покровы (сахарный диабет, печеночная, почечная недостаточность, псориаз).

Применение:

- ✓ На 500 мл теплой воды (40⁰С) развести 5 мл моющего лосьона.
- ✓ Протереть моющим раствором больного.
- ✓ Затем протереть влажной салфеткой, смоченной чистой водой (40⁰С).
- ✓ Растереть сухим махровым полотенцем до покраснения кожи.

Нельзя проводить растирание сухим полотенцем, если на коже есть повреждения, в этих случаях просушить методом «промокания».

Алгоритм мытья головы тяжелобольного

Необходимое оснащение:

- ✓ лосьон,
- ✓ пеленка,
- ✓ полотенце,
- ✓ фен.

Последовательность:

1. Под грудь больного подложить валик, накрытый впитывающей пленкой. Расчесать волосы - это поможет легче расчесать их после мытья.



2. Налить в небольшую емкость теплой воды (40 °С) 500 мл и добавить 5 мл лосьона (одно нажатие на дозатор — 1 мл).

3. Положить впитывающую пленку под голову пациента. На деревянную расческу начесать вату.



4. Смочить расческу в моющем растворе и хорошо прочесать волосы до полного смачивания, затем обеими руками бережно массировать кожу.

5. Высушить волосы полотенцем.

6. Затем в емкости сменить чистую теплую воду и вновь прочесать расческой.

7. Просушить волосы полотенцем и феном.



Использование моющих кремов для тела

Преимущества:

- ✓ заменяет мытье водой и мылом;
- ✓ мягко очищает, восстанавливает и защищает кожу;
- ✓ подходит для ежедневного ухода за кожей пациентов, страдающих недержанием, у которых кожа особо чувствительная, на теле имеются раздражения, мацерация;
- ✓ после использования моющего крема кожа становится свежей, мягкой, не нарушается ее гидролипидный защитный слой;
- ✓ поглощает неприятный запах мочи;
- ✓ благодаря мягкой консистенции легко без микротравм на коже снимаются корки различного происхождения;
- ✓ обеспечивает быстроту и доступность проведения процедуры в любых условиях;
- ✓ снимается необходимость в дополнительном обучении персонала.

Показания к применению:

1. Аллергические реакции на коже.
2. Сильные загрязнения на теле (присохшие корочки и т. д.).
3. Необходимость смыть с пораженных участков кожи зеленку, марганцовку, фуксин и другие красящие вещества.
4. Пергаментная кожа (обезвоженная сухая кожа).
5. Псориаз, сахарный диабет, почечная и печеночная недостаточность.
6. Необходимость обработать кожные покровы вокруг колостомы, цистостомы.

Необходимое оснащение:

- ✓ моющий крем,
- ✓ впитывающая пеленка,
- ✓ одноразовые перчатки,
- ✓ рукавички или салфетки,
- ✓ емкость для отработанного материала.

Применение:

1. Последовательность мытья больного согласно алгоритмам «мытьё больного методом протирания».
2. Вместо раствора на рукавичку наносится небольшое количество крема и тщательно протираются кожные покровы.
3. После применения не требуется последующего смывания.

Использование очищающих пенок

Очищающая пенка незаменима при уходе за лежачими больными. Предназначена для интимной гигиены без воды и мыла. Нежно моет и очищает кожу, оставляя на ее поверхности защитный слой. В состав входит питательный компонент из оливок, увлажняющий Д-пантенол, сахарный бетаин, который успокаивает и снимает раздражение. Средство идеально для гигиены кожи, особенно подвергаемой действию раздражающих факторов (моча, кал, экссудат из раны и т.д.), при уходе за лежачими больными. Кроме того, пенки содержит специальные вещества, которые устраняют неприятный запах.

Выпускаются в аэрозольной упаковке, хорошо дозируется и экономно расходуется. Используется без воды и мыла.

Преимущества:

- ✓ Применяется для интимной гигиены без воды и моющих средств.
- ✓ Хорошо растворяет каловые массы.
- ✓ Поглощает запах мочи и кала.

- ✓ Снимает раздражение и воспаление.
- ✓ Способствует заживлению опрелостей.
- ✓ Применяется для профилактики восходящей урогенитальной инфекции.
- ✓ Минимизирует физические усилия со стороны ухаживающего и пациента.
- ✓ Обеспечивает быстроту и удобство в применении.

Показания к применению: интимная гигиена при смене подгузника и после дефекации у тяжелобольного пациента.

Необходимое оснащение:

- ✓ очищающая пена,
- ✓ впитывающая пеленка,
- ✓ одноразовые перчатки,
- ✓ рукавички или салфетки,
- ✓ емкость для отработанного материала.

Алгоритм применения очищающей пенки у женщин

1. Подстелить впитывающую пеленку под крестец.
2. Попросить больную согнуть ноги в коленях и слегка развести их в стороны.
3. Встать справа от больной.
4. Удалить каловые загрязнения бумажными салфетками.
5. Для очистки загрязненных паховых складок и половых органов нанести небольшое количество пены в области промежности и равномерно распределить.
6. Рукавичкой или салфеткой протереть в следующей последовательности: паховые складки, область лобка, наружные половые органы, область заднего прохода в направлении от наружных половых органов к анальной области.
7. Количество салфеток зависит от степени загрязнения данной области.
8. Повернуть пациентку на бок.
9. Небольшое количество пенки нанести на область крестца и ягодичную складку и равномерно распределить.
10. Через несколько секунд салфеткой протереть область крестца и ягодиц.
11. Сменить впитывающую пеленку.
12. Повернуть пациентку на спину.

13. Попросить ее согнуть ноги в коленях и развести в стороны, накрыть одеялом и в таком положении полежать 20-30 минут (принимая воздушные ванны).
14. Нанести защитный крем на кожные складки паховой области.
15. Одеть подгузник.
16. Утилизировать отработанный материал.

Алгоритм применения очищающей пенки у мужчин

1. Подстелить впитывающую пеленку под крестец. Попросить больного согнуть ноги в коленях и слегка развести их в стороны.
2. Встать справа от больного.
3. Правой рукой движениями спереди назад, если есть необходимость, удалить каловые загрязнения бумажными салфетками.
4. Взять одной рукой половой член, оттянуть крайнюю плоть.
5. Салфеткой с небольшим количеством пены очистить головку полового члена, предварительно оттянув крайнюю плоть к основанию. Затем вернуть крайнюю плоть в естественное положение (головка полового члена очищается круговыми движениями по направлению от мочеиспускательного канала к основанию полового члена).
6. Небольшое количество пены нанести в область промежности и равномерно распределить.
7. Через несколько секунд салфеткой протереть паховые складки в области промежности (количество салфеток зависит от степени загрязнения данной области).
8. Повернуть больного на бок.
9. Небольшое количество пенки нанести на область крестца, распределить равномерно.
10. Через несколько секунд салфеткой протереть область крестца и ягодиц.
11. Повернуть больного на спину, накрыть одеялом.
12. Согнуть ноги в коленях и развести в стороны, в таком положении полежать 20-30 минут.
13. Нанести защитный крем на кожные складки паховой области больного
14. Одеть подгузник.



15. Утилизировать отработанный материал.

Влажные гигиенические салфетки

Обеспечивают надежную гигиену и защиту от патогенной микрофлоры. Протирание всей кожи — альтернатива мытью. Влажные салфетки используются для интимной гигиены лежачего больного при смене подгузника или прокладки. Салфетки большие, размером 20x30 см, применяются без воды и мыла. Освежают и дезодорируют, не раздражают кожу, так как не содержат спирт. Дают пациенту ощущение свежести и комфорта.

Показания к применению: смена подгузников у тяжелобольных пациентов.

Необходимое оснащение:

- ✓ влажные гигиенические салфетки,
- ✓ впитывающая пеленка,
- ✓ одноразовые перчатки,
- ✓ емкость для отработанного материала.

Алгоритм проведения процедуры имеет некоторые отличия у женщин и мужчин.

Алгоритм проведения интимной гигиены с помощью влажных салфеток у женщин

1. Подстелить впитывающую пеленку под крестец.
2. Попросить больную согнуть ноги в коленях и слегка развести их в стороны.
3. Встать справа от больной. Правой рукой удалить каловые загрязнения салфетками.
4. Салфеткой протереть в следующей последовательности: паховые складки, область лобка, наружные половые органы, область заднего прохода в направлении от наружных половых органов к анальной области.
5. Количество салфеток зависит от степени загрязнения данной области.
6. Повернуть больную на бок.
7. Салфеткой протереть область крестца и ягодиц.
8. Сменить впитывающую пеленку.
9. Повернуть больную на спину, накрыть одеялом.
10. Попросить ее согнуть ноги в коленях и развести в стороны, в таком положении полежать 20-30 минут (принимая воздушные ванны).

11. Нанести защитный крем на кожные складки паховой области.
12. Утилизировать отработанный материал.

Алгоритм проведения интимной гигиены с помощью влажных салфеток у мужчин

1. Подстелить впитывающую пеленку под крестец,
2. Попросить больного согнуть ноги в коленях и слегка разнести их в стороны.
3. Встать справа от больного.
4. Правой рукой движениями спереди назад, удалить каловые загрязнения салфетками.
5. Взять одной рукой половой член, оттянуть крайнюю плоть.
6. Салфеткой очистить головку полового члена, предварительно оттянув крайнюю плоть к основанию. Затем вернуть крайнюю плоть в естественное положение (головка полового члена очищается круговыми движениями по направлению от мочеиспускательного канала к основанию полового члена).
7. Салфеткой протереть паховые складки в области промежности (количество салфеток зависит от степени загрязнения данной области).
8. Помочь больному повернуться на бок.
9. Салфеткой протереть область крестца и ягодиц.
10. Повернуть больного на спину, накрыть одеялом.
11. Попросить его согнуть ноги в коленях и развести в стороны, в таком положении полежать 20-30 минут (принимая воздушные ванны).
12. Нанести защитный крем на кожные складки паховой области больного.
13. Утилизировать отработанный материал.

Преимущества.

- ✓ Нет необходимости в воде.
- ✓ Одноразовые.
- ✓ Обеспечивают быстроту и доступность проведения процедуры в любых условиях.
- ✓ Нет необходимости в дополнительном обучении персонала.
- ✓ Обеспечивают надежную защиту от патогенной флоры.
- ✓ Не содержат спирт.
- ✓ Освежают, дезодорируют.
- ✓ Применяются для профилактики пролежней у тяжелых больных.

Защитные крема

Защитные крема - идеально подходит для ухода за кожей больных, страдающих недержанием, защищают кожу пациента под подгузником от агрессивного воздействия мочи и кала, особенно в местах образования пролежней. Снимает воспаление, препятствует появлению опрелостей и пролежней, а также увлажняет и питает кожу.

Активные компоненты защитного крема: окись цинка - минерал, обладающий выраженным противовоспалительным и антисептическим действием. После нанесения образует на коже защитный слой, в течение шести часов. Ускоряет процесс регенерации кожи, восстанавливает нарушенный водно-жировой баланс. Экстракт ромашки - имеет дезинфицирующее и ранозаживляющее действие. Устраняет шелушение и мелкие трещины. Биоконплекс из семян льна - уникальная формула, питающая и успокаивающая кожу.

Крема имеет пастообразную консистенцию, наносится толстым слоем и равномерно распределяется по коже до полного впитывания. Рекомендуется смазывать кремом все кожные складки, особенно у людей с избыточной массой тела, а также у женщин под грудью.

Если у человека выведена стома, то при смене повязки или калоприемника рекомендуется смазывать место вокруг стомы защитным кремом.

Показания к применению:

- ✓ Уход за кожей больных, страдающих недержанием.
- ✓ Профилактика пролежней.
- ✓ Применяется при лечении пролежней 1-й степени.
- ✓ Профилактика урогенитальной инфекции.
- ✓ Рекомендуется больным, у которых выведена стома.
- ✓ Используется под подгузник.

Действие:

- ✓ Защищает кожу от попадания влаги.
- ✓ Увлажняет кожу благодаря содержанию масла авокадо и алантоина.
- ✓ Действует бактерицидно, снимает воспаление, зуд (т.к. в состав входит экстракт ромашки).
- ✓ Обладает болеутоляющим эффектом (т.к. в состав входит биоконплекс льна).
- ✓ Питает кожу.



- ✓ Предупреждает возникновение воспалений и опрелостей.
- ✓ Содержит средства, поглощающие запах мочи.

Активизирующие гели для тела

Предназначены для чувствительной кожи, подвергаемой риску появления опрелостей и пролежней.

Оказывают на кожу успокаивающее действие, а вместе с тем обладают освежающим и энергизирующим действием, улучшают микроциркуляцию крови в коже.

Содержат активные субстанции - бисаболол, который обладает противовоспалительным действием, питательный экстракт из семян льна, камфару, которая снимает мышечное напряжение, а также увлажняющий кожу глицерин.

Показания к применению:

- ✓ Профилактика пролежней.
- ✓ Профилактика застойной пневмонии.
- ✓ Улучшение кровообращения в конечностях.
- ✓ Тонизирующее действие на кожу.

После принятия гигиенических процедур нанести на кожу и массировать до полного впитывания. Применять 1-2 раза в день. Избегать контакта со слизистыми оболочками. Не наносить на поврежденную кожу.