

# Mycie chorego leżącego










Autor  
Wioletta Broniarz  
Opiekunka Medyczna, Terapeuta  
zajęciowy

6 minut czytania

**Codzienna toaleta** (mycie) osoby chorej przebywającej w łóżku jest **ważnym elementem pielęgnacji**. Zachowanie odpowiedniej higieny i równowagi biologicznej skóry wpływa na **poprawienie samopoczucia chorego**, zapobiega powikłaniom (zakażenia, odparzenia) oraz poprawia krążenie ([profilaktyka przeciwodleżynowa](#)).

## Pamiętaj:

-  Wykonanie całościowej toalety chorego nie powinno zająć dłużej niż 20 – 30 minut.
-  Najważniejsza jest dobra i logiczna organizacja działań. Z czasem nabierzesz wprawy w czynnościach pielęgnacyjnych.
-  Jeśli jest to możliwe zaplanuj wspólnie z chorym konkretny czas na czynności pielęgnacyjne. Rozmawiaj z chorym, pytaj jakie ma preferencje.
-  Powiedz choremu, jakie czynności zamierzasz wykonać i jak to będzie przebiegało. W miarę możliwości uzyskaj na nie zgodę chorego.
-  Pytaj chorego w trakcie mycia czy wszystko w porządku, czy jest wygodnie, ciepło.
-  Zapewnij warunki, w których chory będzie się czuł bezpiecznie, intymnie i zachowa godność.
-  Podczas mycia zapewnij intymne warunki choremu: użyj parawanu, odkrywaj tylko te części ciała, które aktualnie myjesz. Chory może odczuwać zwyczajnie wstyd przed rozebraniem, pokazaniem nagiego, często schorowanego ciała, nawet najbliższym osobom.
-  Gdy z chorym nie ma kontaktu logicznego, obserwuj chorego. Każda gwałtowna zmiana zachowania lub mimiki to sygnał, że chory czuje dyskomfort.
-  Bliskość fizyczna podczas mycia może dać choremu przyjemność, poczucie troski ze strony opiekuna, wyraz miłości.
-  Jeśli chory ma **dolegliwości**, skróć czas wykonywanych czynności przy codziennej toalecie, bądź spokojny, działaj pewnie.
-  Jeżeli wiesz, że mycie sprawia choremu ból, wykonuj czynności uważnie. Zaplanuj i podaj wcześniej środki przeciwbólowe. Poczekaj aż zaczną działać i wtedy przystąp do mycia.

- ✓ Jeżeli chory ma **nudności i wymioty** wynikające ze zmiany pozycji, zaplanuj i podaj wcześniej środki przeciwwymiotne i poczekaj aż zaczną działać. Połóż chorego na boku, aby nie zachłystnął się wymiocinami.
- ✓ Przy duszności – nie opuszczaj wezgłowia łóżka, podłóż pod głowę poduszkę. Dowiedz się **jak radzić sobie z dusznością** u chorego.
- ✓ Przy wysokiej gorączce – poczekaj aż temperatura spadnie na tyle, żeby nie potęgować cierpienia (chorzy gorączkujący często mają przeczulicę na dotyk).
- ✓ Zadbaj o wyższą temperaturę w pomieszczeniu. Nie dopuszczaj do wyziębienia chorego. Oznaki wyziębienia to: tzw. „gęsia skórka”, widoczne zasinienia wokół ust, drżenie mięśni, czasami szczykanie zębami.
- ✓ Przygotuj wcześniej wszystko, co może być **potrzebne do wykonania toalety**.
- ✓ Zaplanuj poszczególne czynności po kolei, np. nie zaczynaj od **zmiany pościeli**, bo może się pomoczyć lub pobrudzić, zacznij od **mycia głowy**.
- ✓ Zachowaj spokój, miej dobre nastawienie, które często udziela się choremu.
- ✓ Gdy chory ma **atak złości**, poczekaj, spróbuj porozmawiać, odwrócić uwagę np. poczytaniem książki lub spokojną muzyką.
- ✓ Zapewnij bezpieczeństwo choremu podczas wykonywania toalety. W **łóżku medycznym** zaciągnij barierki, w łóżku domowym - zabezpiecz je tak, aby chory nie spadł.
- ✓ Gdy stan chorego nie pozwala wykonać całej toalety ciała przy użyciu wody, można wykonać ją częściowo używając pianek myjąco–pielęgnujących, chusteczek nawilżanych przeznaczonych dla dorosłych, emulsji do mycia bez użycia wody, oczyszczających i pielęgnujących skórę, polecanych dla osób wrażliwych na działanie wody i mydła. Pamiętaj, że takie rozwiązania nie zastąpią kompletnej toalety z użyciem wody lub kąpieli w łóżku.
- ✓ Używając gąbki wielokrotnego użytku lub myjki frotte pamiętaj, że w wilgotnym środowisku rozwijają się na nich chorobotwórcze bakterie. Dlatego powinny być każdorazowo wyparzone – wyprane ręcznie i przelane wrzątkiem. Lepiej korzystać z myjek jednorazowych.
- ✓ Zawsze używaj **dwóch różnych gąbek (myjek)** – jedną do górnej części ciała, drugą do mycia chorego od pasa w dół. Gąbki powinny być w różnych kolorach, aby ich nie pomylić. Ta sama zasada dotyczy ręczników. **Uwaga:** w przypadku kiedy wiesz, że chory ma wysoką zakaźność, zawsze używaj produktów jednorazowych. Zadbaj o zachowanie **zasad sanitarnych**.
- ✓ Częstym błędem przy pielęgnacji osób dorosłych jest stosowanie produktów dla dzieci. Skóra osób starszych jest delikatna i cienka, potrzebuje innych preparatów niż skóra dziecka, która jest delikatna, ale zdrowa.
- ✓ Gdy chory jest w **agonii** nie ma konieczności wykonywania całościowej toalety. Zmiana pieluchy (gdy jest taka potrzeba) i delikatne przemycie twarzy w zupełności wystarczą. Przeczytaj, jak **pielęgnować osobę umierającą?**

**Toaletę chorego w łóżku możemy wykonać na dwa sposoby:**

1 **Umycie chorego w łóżku** - umycie całego ciała chorego etapami, przy użyciu wody lub preparatu zastępującego wodę.

2 **Kąpiel chorego w łóżku** przy użyciu wanny pneumatycznej (dmuchanej)

Wannę podkładamy tak jak prześcieradło, nadmuchujemy jej boki, napełniamy wodą. Po skończonej kąpieli woda spuszczana jest przez dren odprowadzający, a z boków wanny spuszczone jest powietrze. Wannę osusza się i zwija.

Wannę pneumatyczną możesz kupić w sklepie ze sprzętem medycznym.

## Unikaj

- Przeprowadzania zaplanowanej czynności z chorym za wszelką cenę lub siłowo.
- Podnoszenia głosu na chorego.
- Pozostawiania chorego samego w wannie pneumatycznej lub w basenie do mycia głowy.
- Zalewania choremu twarzy wodą oraz nalewania wody do uszu podczas mycia włosów.
- Gdy chory ma rurkę tracheostomijną: nie okładaj ręcznikami okolic szyi, nie układaj chorego z brodą przygiętą do klatki piersiowej, nie wyginaj głowy chorego do tyłu. Pielęgnacja wymaga ostrożności, aby nie doszło zamknięcia światła rurki lub do podduszenia chorego.

## Akcesoria, które przydadzą się do mycia chorego w łóżku

- rękawiczki ochronne dla opiekuna
- miska lub wanna pneumatyczna (cena ok. 300-400 zł.)
- basen do mycia głowy (cena ok. 50 zł.) lub rynna do mycia głowy (cena ok. 50 zł.)
- myjki lub gąbki – jeśli są wielorazowe dwie różne do mycia górnej i dolnej części ciała
- myjki lub gąbki jednorazowe (zalecane):
  - jednorazowe myjki (cena ok. 15 zł za 50 szt.)
  - rękawice do mycia z włókniny (cena ok. 10 zł za 10 szt.)
  - ściereczki z włókniny w płatach 50 x 70 cm (cena ok. 30 zł za 50 szt.)
  - gąbki jednorazowe (prostokątny płatek grubości 0,5 cm, 12 x 24 cm), nasączone impregnowanym mydłem, gotowe do użycia przy kontakcie z niewielką ilością wody (cena ok. 30 zł za 50 szt.)
- ręczniki – przynajmniej dwa do wycierania ciała - jasny do wycierania od pasa w górę, ciemny od pasa w dół, ręczniki do wycierania głowy
- papierowe ręczniki (lepiej sprawdzają się do osuszania okolic intymnych oraz w sytuacji kiedy nie mamy możliwości wyprania tradycyjnych ręczników po każdym użyciu)

- chusteczki nawilżane dla dorosłych
- mydło lub pianka do mycia, balsam do ciała
- pianka myjąco-pielęgnująca (cena 12-25 zł)
- emulsja do mycia bez użycia wody (cena ok. 20 zł)
- jednorazowe gaziki do przemywania oczu (solą fizjologiczną lub przegotowaną wodą)
- patyczki do uszu (czyścimy tylko zewnętrzną część ucha)
- przybory do golenia
- obcinacz do paznokci, pilnik (jednorazowy przy problemach grzybicy paznokci)
- szczoteczka i pasta do zębów, płyn do płukania jamy ustnej (bezalkoholowy)
- tabletki do czyszczenia protez, klej mocujący do protez zębowych
- jednorazowe gąbki do higieny jamy ustnej
- preparaty grzybobójcze i lecznicze do higieny jamy ustnej
- kubek lub szklankę na wodę do płukania ust
- małą miseczkę do wyplucia po płukaniu ust
- płyn do higieny intymnej, maść pośladowa
- dzbanek na wodę
- szampon, odżywka do włosów, grzebień, suszarka
- podkłady jednorazowe, cerata do zabezpieczenia powierzchni
- czysta bielizna osobista na zmianę
- komplet pościeli
- czysta pielucha, jeśli chory ich używa
- kosz na brudną bieliznę
- worek na śmieci
- czyste opatrunki i preparaty lecznicze stosowane na rany i skórę

Materiały zamieszczone w serwisie bliskochorego.pl są opracowane przez ekspertów z dziedziny opieki paliatywnej, zgodnie z ich najlepszą wiedzą i doświadczeniem. Materiały te nie stanowią porady lekarskiej i psychologicznej, mają wyłącznie charakter informacyjny i nie mogą zastąpić bezpośredniej konsultacji ze specjalistą. W razie konieczności uzyskania pomocy medycznej należy zgłosić się do właściwego specjalisty.

