Jak umyć włosy choremu?



Autor
Wioletta Broniarz
Opiekunka Medyczna, Terapeuta zajęciowy

5 minut czytania

Chory leżący powinien mieć mytą głowę i włosy **przynajmniej raz w tygodniu**. Mycie głowy choremu leżącemu wiąże się z przybraniem pozycji leżącej na wznak z odchyloną głową. Nie jest to pozycja fizjologiczna i może powodować dyskomfort u chorego. Dlatego staraj się wykonać wszystkie czynności sprawnie i w krótkim czasie.

Jeśli to możliwe **zaplanuj** wspólnie z chorym konkretny czas na mycie włosów. 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.

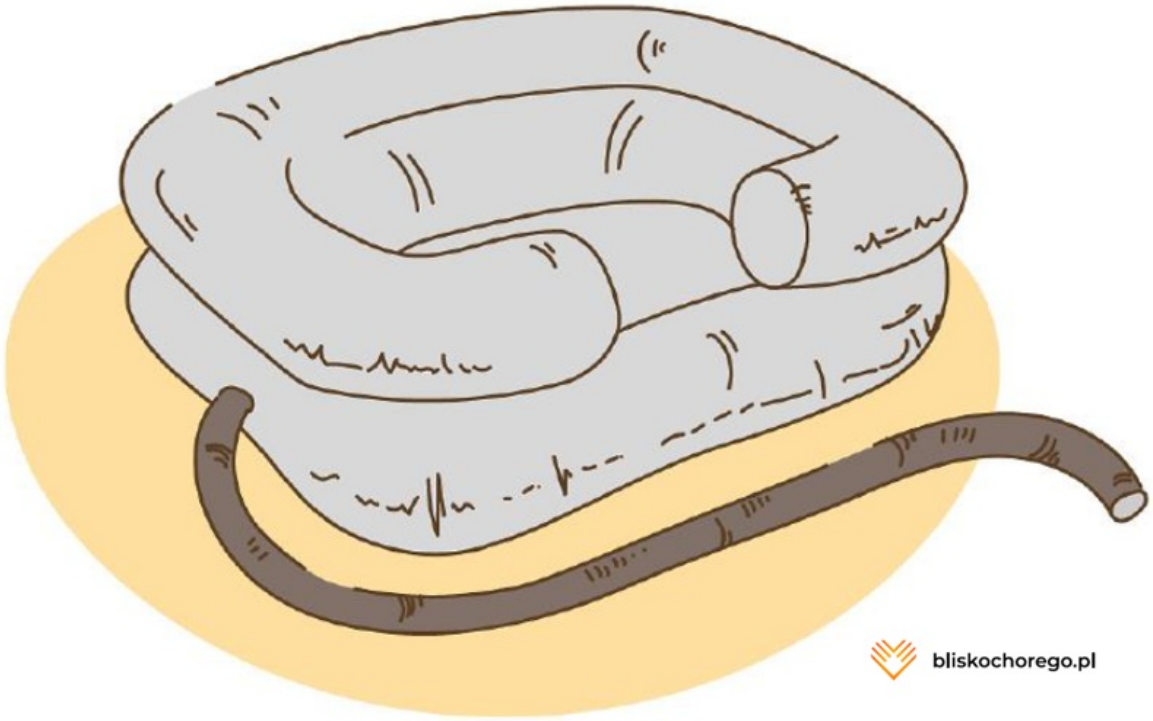
Zapewnij warunki, w których chory będzie się czuł bezpiecznie, intymnie i zachowa godność.

Jeśli nie ma specjalnych wskazań, możesz do mycia głowy i włosów używać ogólnodostępnych produktów. Doraźnie możesz umyć włosy chorego bez użycia wody, stosując dostępne tzw. suche szampony i pianki do mycia włosów.

Mycie włosów chorego z użyciem basenu do mycia głowy

Basen do mycia głowy chorego w łóżku (miska pneumatyczna) jest wykonany z tworzywa sztucznego, ma nadmuchiwane brzegi z wycięciem na szyję oraz odpływ wody w postaci rurki. Najczęściej jest do kupienia w zestawie z tzw. "prysznicem", czyli workiem na wodę z rurką, który możemy podwiesić i korzystać jak z prysznica.
Basen zapewnia komfort choremu podczas mycia włosów i skóry głowy. Nadmuchane brzegi basenu są miękkie, a ułożenie chorego staje się bardziej fizjologiczne.
Basen można kupić w sklepach ze sprzętem medycznym (cena ok 50-100 zł).

BASEN DO MYCIA WŁOSÓW OSOBIE LEŻĄCEJ



Instrukcja mycia głowy chorego z użyciem basenu:

1. Obniż wezgłowie łóżka, wyjmij poduszki.
2. Zabezpiecz łóżko ceratą, jednorazowym podkładem lub ręcznikiem.
3. Unieś chorego za ramiona i podłóż pod głowę ręcznik.
4. Przygotuj basen do mycia głowy, połóż go na wysokości głowy chorego.
5. Umieść rurkę odprowadzającą wodę z basenu w pojemniku/ wiadrze na podłodze.
6. Jeszcze raz unieś chorego za ramiona i podłóż basen do mycia głowy (tak, aby wgłębienie przeznaczone na szyję znalazło się na wysokości karku).
7. Podtrzymując chorego opuść głowę tak, aby szyja wygodnie leżała we wgłębieniu.
8. Rozczesz włosy.
9. Przygotuj dzbanek z wodą lub napełnij prysznic (worek w zestawie z basenem), sprawdź temperaturę wody.
10. Polej wodą głowę i włosy, nanieś na dłoń szampon, masując umyj skórę głowy i włosy, spłucz wodą. Uważaj, aby nie zalać wodą uszu i oczu chorego.

11. Wysuń basen - stojąc z prawej strony chorego chwyć lewą ręką pod kark chorego, unieś lekko głowę, prawą ręką wysuń basen (aby głowa chorego znalazła się poza nim), opuść głowę chorego na ręcznik i otul ją.

12. Basen wyjmij obiema rękoma, uważając aby pozostała woda znajdująca się w nim nie zalała twarzy chorego. Wylej wodę.

13. Pod otuloną ręcznikiem głowę chorego podłuż poduszkę, rozwiń ręcznik. Nanieś odżywkę do włosów, rozczesz włosy i wysusz suszarką.

Mycie włosów chorego z użyciem rynny do mycia głowy

1. **Rynna (taca) do mycia włosów** chorego w pozycji siedzącej jest wykonana z tworzywa sztucznego, ma anatomiczny kształt oraz uniesione krawędzie, dzięki którym woda spływa do pojemnika postawionego poniżej. Służy do mycia głowy chorego w pozycji siedzącej.

2. Używanie jej wymaga współpracy chorego z opiekunem, ponieważ chory musi przesunąć się na brzeg łóżka i odchylić głowę tak, aby znalazła się na brzegu tacy, gdy drugi jej brzeg będzie wystawał poza łóżko.

3. Rynnę możesz kupić w sklepie ze sprzętem medycznym (cena ok. 50 -100 zł).

4. Czynności mycia głowy chorego z użyciem rynny wykonuj w podobny sposób, jak opisany przy myciu z użyciem basenu.

Mycie włosów chorego z użyciem zwykłej miski

Jeśli nie dysponujesz basenem lub rynną do mycia głowy i włosów chorego, a jedynie zwykłą miską:

1. Jeżeli chory leży w łóżku medycznym (rehabilitacyjnym) wyjmij lub opuść wezgłowie łóżka.

2. Wysuń głowę chorego poza rant łóżka. Jeśli wezgłowia łóżka nie da się wyjąć, możesz przesunąć chorego do rantu długiej części łóżka.

3. Zwiń poduszkę i wsuń pod barki chorego, co zapewni lepsze podparcie i odciąży kark.

4. Podłóż jednorazowy podkład lub ceratę.

5. Postaw dużą miskę tak, aby kark znalazł się na rancie miski (gdy chory nie jest w stanie utrzymać głowy poproś kogoś o pomoc).

6. Po umyciu i spłukaniu włosów, jedną ręką chwyć za kark chorego i unieś na tyle, aby móc wyjąć miskę.

7. Czynności mycia głowy chorego z użyciem miski wykonuj w podobny sposób, jak opisany przy myciu z użyciem basenu.

Mycie włosów chorego z użyciem ceraty

Jeśli nie masz basenu do mycia głowy, tacy, ani dostatecznie dużej miski możesz, jeżeli stan chorego na to pozwala, umyć głowę używając dużej ceraty.

1. Jeżeli chory leży w łóżku medycznym (rehabilitacyjnym) wyjmij lub opuść wezgłowie łóżka.
2. Wysuń głowę chorego poza rant łóżka. Jeśli wezgłowia łóżka nie da się wyjąć, możesz przesunąć chorego do rantu długiej części łóżka.
3. Chory powinien leżeć na wznak, z odchyloną głową, która powinna nieznacznie wystawać poza łóżko.
4. Ceratę podłóż pod łopatki chorego, druga jej część powinna zwisać z łóżka.
5. Zawiń brzegi ceraty i włóż do pojemnika/wiadra stojącego pod łóżkiem (woda podczas mycia spływa do pojemnika).
6. Zabezpiecz podłogę przed zachlapaniem.
7. Czynności mycia głowy chorego z użyciem ceraty wykonuj w podobny sposób, jak opisany przy myciu z użyciem basenu.

Jeśli w trakcie czynności pielęgnacyjnych dolegliwości chorego nasilą się:

1. **Zachowaj spokój**

   Przerwij czynności i zachowaj spokój, co zapewni poczucie bezpieczeństwa choremu.

2. **Ustabilizuj stan chorego**

   Spróbuj ustabilizować stan chorego: zmień pozycję chorego, podaj zalecane leki, spróbuj zmniejszyć lęk chorego.

3. **Odłóż czynności na później**

   Spróbuj wrócić do danej czynności później: za kilka godzin lub następnego dnia.

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.