

# Podstawy pielęgnacji chorego



Autor  
Aleksandra Lademann  
Pielęgniarka, Specjalista opieki paliatywnej

3 minuty czytania

Podstawowe zasady pielęgnacji chorego **pomogą opiekunowi** w bezpieczny sposób wykonywać wszystkie niezbędne zadania i czynności, związane z opieką nad osobą chorą. Ważne jest, by podczas każdej czynności zadbać o intymność i bezpieczeństwo chorego, szanować jego godność.

## Pamiętaj, by podczas czynności pielęgnacyjnych przy chorym:

Jeśli chory jest **świadomy**, logiczny w kontakcie:

- Ustal z chorym kiedy będziecie wykonywać czynności pielęgnacyjne.
- Powiedz choremu, co zamierzasz zrobić i jak to będzie przebiegało.
- Rozmawiaj z chorym, zapytaj jakie ma preferencje.
- Zapewnij warunki, w których podopieczny będzie się czuł bezpiecznie, intymnie i zachowa godność.
- Na bieżąco mów choremu, co robisz i uzyskuj na to jego zgodę.
- W trakcie czynności pytaj chorego, czy wszystko w porządku, dbaj o jego komfort.
- Zachowaj spokój, zapewnij chorego o swojej trosce.
- Miej dobre nastawienie, które często udziela się choremu.

Jeśli z chorym **nie ma kontaktu logicznego**:

- Zapewnij choremu intymne warunki, zapewnij o swojej trosce.
- Mów do chorego na bieżąco, co zamierzasz zrobić i jak będą przebiegały czynności.
- Obserwuj chorego. Każda gwałtowna zmiana zachowania to sygnał, że chory czuje dyskomfort.

## Jeśli w trakcie czynności 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.

## Ważne zasady przy pielęgnacji chorego:



Zachowanie czystości wokół chorego jest absolutnie konieczne. Układ odpornościowy osoby chorej jest osłabiony, co zwiększa ryzyko wystąpienia ewentualnych powikłań lub zakażeń powstałych na skutek zaniedbań higienicznych.



Pamiętaj, aby zapewnić choremu odpowiednie warunki i bezpieczeństwo. Dbaj o intymne warunki i zachowanie godności chorego.



Przed wykonaniem jakichkolwiek czynności przy chorym umyj i zdezynfekuj ręce. Dobrze jest zabezpieczyć swoje dłonie rękawiczkami. Pamiętaj rękawiczki są jednorazowe.



Toaletę ciała chorego wykonuj codziennie, w zależności od potrzeb i stanu chorego (toaleta całego ciała, głowy, jamy ustnej).



Preparaty do toalety, higieny i pielęgnacji chorego, przeznaczone powinny być tylko dla chorego, a nie dla całej rodziny, aby uniknąć namnażania się i przemieszczania bakterii.



Codziennie czyść wszystkie dostępne powierzchnie wokół chorego, ze szczególnym uwzględnieniem materaca przeciwodleżynowego i barierki przy łóżku. Używaj środków dezynfekcyjnych, które kupisz w aptece.



Pościel, jeśli nie jest zanieczyszczona, zmieniaj nie rzadziej niż raz w tygodniu. Często zmiana bielizny pościelowej i osobistej sprzyja zachowaniu równowagi mikrobiologicznej i eliminuje zagrożenia płynące z zaniedbań higienicznych i powikłań w istniejących już problemach zdrowotnych chorych przebywających w łóżku.



Pościel i bieliznę chorego pierz w wysokiej temperaturze i prasuj gorącym żelazkiem. Jeżeli chory posiada ulubioną bieliznę (osobistą lub pościelową), staraj się mu ją zapewnić. Wpłyń to na lepsze samopoczucie chorego.



Zużyte odpady medyczne wyrzucaj do worka na odpady medyczne (może to być osobna torba foliowa lub worek na śmieci). Odpady medyczne zabiera najczęściej pielęgniarka, która

sprawuje opiekę nad chorym. W innym przypadku należy oddać je do punktu selektywnej zbiórki odpadów komunalnych (placówki mają obowiązek przyjąć takie odpady zgodnie z art.3 ust.2 pkt. 6 Ustawy o utrzymaniu czystości i porządku w gminach). Nigdy nie należy wyrzucać takich odpadów do odpadów komunalnych.

- ✓ Jeżeli jest to możliwe, w miarę możliwości i odpowiedniej pogody staraj się wietrzyć pomieszczenie, w którym przebywa chory.
- ✓ Zapewnij choremu i sobie odpowiedni [sprzęt medyczny](#), który ułatwi pielęgnację i opiekę.
- ✓ Rola opiekuna polega na systematycznym kształtowaniu nawyków zachowania higieny tak, aby chory mógł jak najdłużej unikać powikłań związanych z zaniedbaniami higienicznymi.
- ✓ Zapewnij choremu, ale również sobie odpowiednie warunki do odpoczynku, ciszy i spokoju.
- ✓ Zadbaj o [komfort chorego](#), ale również o własne bezpieczeństwo przy wykonywaniu czynności pielęgnacyjno-higienicznych. Jeśli to możliwe postaraj się zapewnić sobie pomoc drugiej osoby.
- ✓ Przy [dolegliwościach chorego](#) (np. [odleżynach](#)) lub kiedy chory ma założony [cewnik](#) lub wyłonią [stomie](#), pielęgnacja wymaga dodatkowej wiedzy z tego zakresu.
- ✓ Poznaj wskazówki dotyczące [pielęgnacji chorego umierającego](#), kiedy już wszelkie symptomy mówią o tym, że zbliża się [moment odejścia](#) twojego bliskiego.

Materiały zamieszczone w serwisie [bliskochorego.pl](http://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.