

# Jak przygotować się do opieki nad chorym w domu?



Autor  
Honorata Zentkowska  
Pielęgniarka, Menedżer placówek służby  
zdrowia

3 minuty czytania

Przejęcie opieki nad osobą chorą w domu to trudny moment, który wiele zmienia w życiu chorego i jego najbliższych. Opieka w domu wymaga odpowiedniego przygotowania przestrzeni, a często również pomocy specjalistów. Zobacz kroki, które pomogą Ci zaplanować opiekę nad twoim bliskim.

## 1. Zaplanuj organizację opieki w domu

- Zastanów się i przedyskutuj z rodziną kto będzie **głównym opiekunem chorego** (tzw. **opiekunem faktycznym**). Pamiętaj, że w takiej decyzji **powinien uczestniczyć** również twój bliski chory.
- Zaplanuj działania, jeśli w opiece będzie uczestniczyć więcej osób, **podziel obowiązki**.
- Zrób **plan wydatków**, związanych z opieką. Weź pod uwagę **dostępne świadczenia finansowe**, możliwości **dofinansowania**. Dowiedz się, które świadczenia mogą być realizowane bezpłatnie, a za co musisz zapłacić.
- Jeżeli twój podopieczny jest niesamodzielny, zadbaj o **orzeczenie o stopniu niepełnosprawności**, które uprawnia do skorzystania z ulg i świadczeń.
- Korzystaj z **pomocy w opiece**, zarówno profesjonalnej (opiekunki, pielęgniarki, lekarza, fizjoterapeuty, psychologa) jak i bliskich lub przyjaciół.
- Poznaj **najważniejsze elementy opieki**, niezależnie od tego, czy będziesz sprawować ją samodzielnie, czy skorzystasz z pomocy profesjonalistów.

## 2. Przystosuj dom do przyjęcia w nim chorego

- [Jak przystosować dom do opieki nad chorym?](#)
- [Jak przystosować łazienkę dla chorego w domu?](#)
- [Jak zadbać o komfort chorego w domu?](#)
- [Jakie łóżko wybrać dla chorego?](#)

### 3. Przy wypisie chorego ze szpitala pamiętaj:

- ✓ Postaraj się porozmawiać z lekarzem prowadzącym i pielęgniarką, która opiekowała się chorym na temat aktualnego stanu zdrowia i sprawności twojego bliskiego, zaleceniach dotyczących podawania leków, pielęgnacji, żywienia, rehabilitacji, niezbędnego sprzętu medycznego.
- ✓ Zabierz ze sobą zeszyt, aby móc wszystko zanotować. Jeśli jest taka możliwość poproś o towarzyszenie w wizycie kogoś bliskiego - łatwiej będzie wam zapamiętać wszystkie zalecenia.
- ✓ Lekarz wystawi niezbędne dokumenty: kartę informacyjną z leczenia szpitalnego, recepty, skierowania, zlecenie na zaopatrzenie w wyroby medyczne.
- ✓ Załóż teczkę opiekuna, gdzie będziesz przechowywać wszystkie dokumenty chorego.
- ✓ Transport medyczny chorej osoby (niesamodzielnej) ze szpitala jest bezpłatny.

### 4. Zapewnij choremu opiekę medyczną w domu

- ✓ Wykup w aptece zapisane przez lekarza leki, opatrunki, akcesoria medyczne.
- ✓ Zapisz chorego na wizytę do lekarza POZ (wizyta może odbyć się w domu).
- ✓ Zobacz, jakie świadczenia medyczne są dostępne w domu chorego.
- ✓ W zależności od możliwości oraz stanu chorego, zdecyduj o wyborze wsparcia pielęgniarskiego (pielęgniarska opieka długoterminowa, pielęgniarka POZ, pielęgniarka opieki paliatywnej).
- ✓ Jeśli tego potrzebujesz skontaktuj się z ośrodkiem pomocy społecznej, gdzie uzyskasz wsparcie opiekuńcze.
- ✓ Jeżeli chory kwalfikuje się do opieki paliatywnej, rozważ pomoc zespołu hospicjum domowego.

### 5. Zaopatrz się w akcesoria i sprzęty niezbędne do opieki

- ✓ Kup w aptece lub drogerii akcesoria pielęgnacyjne, przydatne podczas mycia chorego.
- ✓ Jeżeli chory jest leżący i niesamodzielny, zapewnij sobie akcesoria pomagające w przemieszczaniu chorego oraz w toaletcie.
- ✓ Zrealizuj zlecenie na zaopatrzenie w wyroby medyczne w sklepie medycznym lub w aptece.
- ✓ Kup lub wypożycz sprzęt rehabilitacyjny dla chorego.
- ✓ Pamiętaj, że ubezpieczonemu choremu przysługuje refundacja wyrobów medycznych oraz dofinansowanie sprzętu.

### 6. Przygotuj się psychicznie do trudnych momentów w chorobie

- Zakończono leczenie przyczynowe. I co teraz?
- Chory nie chce rozmawiać o chorobie
- Chory złości się na opiekuna
- Chory nie chce jeść
- Co robić w razie paniki oddechowej (silnych duszności)?
- Co robić przy dolegliwościach układu pokarmowego u chorego?

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.