Brak komfortu chorego w łóżku

Autor
Wioletta Broniarz
Opiekunka Medyczna, Terapeuta zajęciowy

5 minut czytania

Nieodpowiedni dobór łóżka dla chorego może mieć wpływ na brak komfortu, nasilenie dolegliwości, a nawet cierpienie chorego. Zobacz, jak wybrać odpowiednie łóżko dla osoby chorej.

Najczęstsze przyczyny dyskomfortu chorego w łóżku

Niewystarczająca ilość miejsca w łóżku – chory (szczególnie otyły) nie może znaleźć miejsca ani dobrej pozycji ułożenia, gdy łóżko jest zbyt wąskie

Sprawdź, czy łóżko jest przystosowane do wzrostu i wagi chorego. Zobacz jakie łóżko wybrać dla chorego.

Spróbuj zapytać, w czym jest problem. Czasem może chodzić o koszulkę, która zawinęła się pod plecami lub źle ułożone prześcieradło, które uciska ciało chorego.

Zbyt wysoka temperatura – chory narzeka na zbyt wysoką temperaturę

Odpowiednia wentylacja w łóżku jest utrudniona, kiedy do stabilizacji pozycji chorego używamy dodatkowych koców lub poduszek wkładanych między barierki łóżka a ciało chorego.

Dostosuj grubość kołdry do temperatury otoczenia. Jeśli jest ciepło, kołdrę możesz zastąpić kocem w poszwie.

Zorientuj się czy chory nie potrzebuje mieć odkrytych stóp.

Zbyt niska temperatura - chory skarży się, że marznie

Sprawdź ręką, czy skóra nie jest wychłodzona. Jeśli tak, okryj chorego dodatkowym kocem, załóż skarpetki, możesz użyć termoforu (pamiętając, aby nie poparzyć skóry chorego, który np. nie będzie mógł odsunąć ręki lub nogi od nagrzanego termoforu).

Uczucie obcości w łóżku i „ szeleszczenia” podkładów lub materaca

Postaraj się oswoić przestrzeń wokół chorego poprzez zakładanie ulubionego kompletu pościeli, podanie ukochanego jaśka pod głowę, postawienie w najbliższym otoczeniu chorego np. zdjęć bliskich i drobiazgów, które dobrze mu się kojarzą.

Niewygoda i dolegliwości bólowe spowodowane zbyt długim przebywaniem w jednej pozycji.

Uwaga! Przebywanie zbyt długo w jednej pozycji może przyczyniać się do powstawania odleżyn.

Zalecana jest zmiana pozycji co 2-3h. Gdy chory leży np. na prawym boku to zmieniamy na lewy, a potem na plecy. Kolejność nie ma znaczenia. Ważna jest sama zmiana pozycji. W przypadku chorego, z którym nie można się porozumieć, na opiekunach spoczywa obowiązek pilnowania czasu w jakiej pozycji i jak długo. Przeczytaj jak zmienić pozycję chorego w łóżku.

Wstyd, zachwianie bezpieczeństwa spowodowane nieodpowiednim sposobem pielęgnacji chorego przez opiekuna.

Pamiętaj, że chory pozostaje takim samym człowiekiem jakim był przed chorobą, ma prawo do zachowania godności. Zapewnij choremu intymne warunki, zawsze uprzedzaj o planowanych czynnościach i ustalaj z chorym ich przebieg. Naucz się podstawowych zasad przy pielęgnacji chorego.

Dolegliwości natury psychicznej – chory unieruchomiony w łóżku czuje się odizolowany od reszty rodziny, wykluczony ze społeczności oraz pozbawiony swobodnego przemieszczania się.

Zawsze ze współczuciem argumentuj konieczność przebywania w łóżku, staraj się znaleźć choćby drobny pozytyw danej sytuacji. Szukaj wsparcia.

Głód lub pragnienie - niemożność samodzielnego zaspokojenia tych potrzeb skutkuje złym nastrojem i jest niebezpieczne.

Brak odpowiedniej ilości płynów może spowodować odwodnienie organizmu, a długotrwałe niedożywienie komplikacje w procesie zdrowienia lub wręcz pogłębianie choroby. Dowiedz się jakie są główne zasady żywienia chorego.

Rażące ostre światło z niezasłoniętego okna lub z lampy może być uciążliwe i spowodować chęć opuszczenia łóżka. W przypadku chorego nielogicznego, który zapomina dlaczego leży w łóżku (np. złamania, zawroty głowy, osłabienie, niedowłady i porażenia), takie działania mogą skończyć się upadkiem i urazem. Zadbaj, by w pokoju chorego były zasłony lub rolety, pozwalające na stłumienie zbyt intensywnego światła.

Nieodpowiednie ustawienie łóżka

Chory, np. po udarze lub porażeniu jednostronnymi ma skłonności do skrętu np. na prawy bok. Jeżeli łóżko będzie obrócone w lewo, chory może mieć trudności z komfortowym funkcjonowaniem (oglądanie telewizji, spożywanie posiłków, patrzenie przez okno). Mogą wystąpić dolegliwości bólowe spowodowane nadciąganiem porażonych mięśni.

Wspólnie z chorym ustal optymalne ustawienie łóżka, aby zapewnić komfort choremu i tobie.

Irytacja chorego spowodowana używaniem materaca przeciwodleżynowego z elektryczną pompą.

Jeżeli praca pompy materaca drażni chorego (chory może domagać się wyłączenia materaca), połóż ręcznik lub koc między pompę zawieszoną na łóżku, a barierki. Zamortyzuje to drgania i wyciszy urządzenie.

Pompę materaca należy umieścić w nogach chorego, nigdy przy głowie.

Jeśli chory skarży się na twardość materaca (często mówi, że czuje się jakby leżał na kamieniach), prawdopodobnie materac jest zbyt mocno napompowany. Sprawdź na skali mocy pompki, czy ustawienie materaca jest właściwe dla wagi chorego.

Łóżko chorego w domu – gdzie i jak ustawić?

Łóżko chorego należy ustawić najlepiej w osobnym pokoju, aby chory miał zapewniony spokój i intymne warunki. Pamiętaj, że nigdy nie wolno ustawiać łóżka w najbardziej oddalonych pomieszczeniach domu lub mieszkania – chory może czuć się całkowicie wyizolowany, a w razie potrzeby nie usłyszymy jego wołania.

Gdy nie mamy możliwości, aby wydzielić dla chorego osobne pomieszczenie, zadbajmy by chory miał swój własny, kameralny kącik. Miejsce łóżka można oddzielić za pomocą zasłon lub parawanów (choćby tylko na czas wykonywania przy chorym czynności higieniczno-pielęgnacyjnych), aby zapewnić intymność i spokój.

Planując ustawienie łóżka chorego, pamiętaj o jego bezpieczeństwie. Pamiętaj, że łóżko nie powinno stać: pod samym oknem czy balkonem, bezpośrednio przy kaloryferze albo kominku, przy wolno stojących dużych kwiatach lub stojakach na kwiaty, przy ruchomych regałach z wieloma przedmiotami, na trakcie komunikacyjnym domowników, na środku pokoju.

Aranżując pokój osoby chorej zadbaj o przytulny klimat, uwzględniając gust chorego.

Ważna jest możliwość dostępu do łóżka z obu stron. Ułatwi to dojście do chorego codzienną pielęgnację oraz utrzymanie czystości.

Przy łóżku postaw fotel, na który będzie można przesadzić chorego.

Przy łóżku chorego warto zamontować włącznik światła lub lampkę.

Jeśli chory będzie przenoszony na wózek, wtedy wokół łóżka trzeba zapewnić odpowiednio dużą przestrzeń na podjechanie wózka i wygodne przemieszczanie się.

Jeśli chory nie jest w stanie przejść do toalety (a wypróżnia się fizjologicznie) należy zapewnić intymne miejsce obok łóżka na krzesło sanitarne. Przeczytaj, jak zapewnić odpowiednie otoczenie i komfort choremu.

Zapewnij choremu dostęp do telewizora, radia, komputera, telefonu. Warto również umieścić w widocznym dla chorego miejscu zegar oraz kalendarz.

Pomocne w opiece nad chorym leżącym jest posiadanie, oprócz wygodnego, profesjonalnego łóżka, kilku kompletów odpowiedniej pościeli oraz środków do mycia i

dezynfekcji łóżka.

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.