

Igiene

Cunoștințe de bază privind aspectele igienei:

- Factorii care influențează igiena personală a pacientului.
- Folosiți abilități de comunicare pentru a promova relația terapeutică.
- În timpul igienei, evaluați:
 - Stare emoțională.
 - Practici de promovare a sănătății.
 - Educația medicală.

Igiene ochilor, urechilor și nasului.

Atunci când sunt furnizate îngrijiri de igienă, ochii, urechile și nasul necesită o atenție deosebită.

Curățați țesuturile senzoriale sensibile într-un mod care să prevină rănirea și disconfortul pentru un pacient, cum ar fi având grijă să nu pătrundă săpun în ochi.

Îngrijirea ochilor:

Îngrijirea ochilor ar trebui să facă parte din îngrijirea acordată tuturor oamenilor în timpul internării lor în staționar.

Unguentele și picăturile sunt mai eficiente la reducerea incidenței abraziunilor corneene decât la instilarea ochilor.

Toți pacienții care nu pot realiza închiderea pleoapelor în mod independent și pacienții inconștienți sau puternic sedați trebuie să primească îngrijiri oculare la fiecare 2 ore (curățarea cu tifon îmbibat cu soluție salină și administrarea unui lubrifiant specific pentru ochi).

Închiderea pleoapelor:

Închiderea pleoapelor trebuie menținută la pacienții din terapie intensivă care nu pot menține închiderea completă a pleoapei.

Dacă închiderea pleoapelor nu poate fi menținută pasiv, atunci trebuie utilizate metode mecanice. Sunt mai eficiente la reducerea incidenței abraziunilor corneene decât unguentele și picăturile.

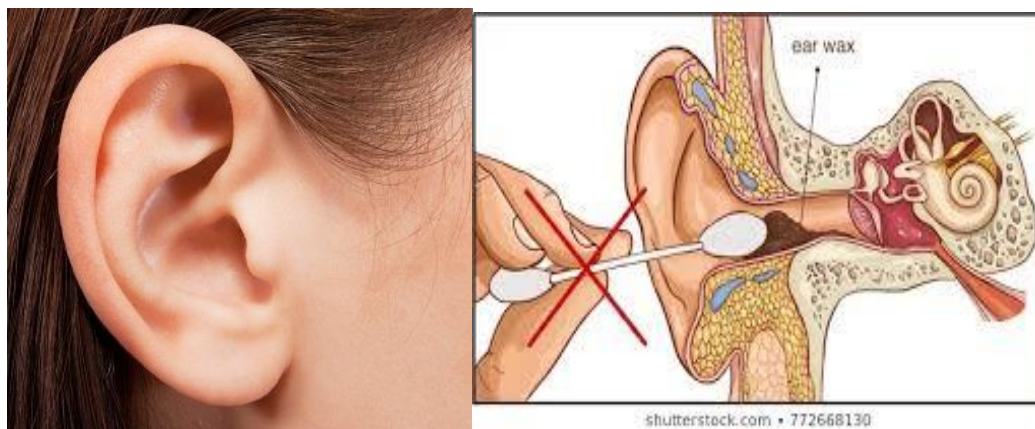


Îngrijirea urechilor:

Spălați urechile zilnic cu o fașă de tifon, nu uitați de zona din spatele urechilor.

Nu folosiți bețișoarele în urechi, puteți împinge ceara urechii adânc în canalul urechii.

Ceara de ureche este de obicei îndepărtată când mestecați mâncarea.



Ingrijirea nasului:

Curățarea nasului începe prin suflarea nasului de către pacient.

Dacă este indicat, folosiți aspirația nazală cu seringă.

Îndepărtați secreția sau crusta din jurul nasului și aplicați soluții hidratante.



Igiena orală:

Igiena orală include toate procesele de menținere a gurii curate și sănătoase. O igienă orală bună este necesară pentru prevenirea cariilor dentare, a bolilor parodontale, a respirației proaste și a altor probleme dentare.



Pași de bază pentru menținerea igienei orale:

- Periajul dinților (cel puțin de două ori pe zi sau după fiecare masă).
- Spălați-vă cu dinții în mod regulat.
- Dieta corectă.
- Alte curățări interdentare.
- Clătirea.
- Controale dentare periodice.

Perierea:

1. Utilizați întotdeauna o periuță de dinți individuală.
2. Folosiți pasta de dinți cu conținut de fluor.
3. Țineți periuța de dinți într-un unghi de 45 de grade la nivelul gingiei, periajul în mișcare circulară. Aceasta scoate placa din buzunarul gingival.
4. Periați dinții timp de cel puțin două minute cel puțin de două ori pe zi.
5. Periați gingiile și limba împreună cu dinții.
6. Nu vă periați prea tare, deoarece acest lucru poate provoca hemoragie gingivală.

Igiena orală a pacientului inconștient.

1. Întoarceți capul pacientului către tine.
2. Plasați pacientul în Semi Fowler.
3. Modul de aer oral poate fi utilizat pentru a ține gura deschisă.
4. Utilizați o perie mică sau un tampon pentru a curăța mucoasele și dinții.
5. Folosiți aspiratorul pentru a îndepărta secrețiile și lichidul.
6. Utilizați hidratant pentru buze.



Picioarele, mâinile și unghiile.

Picioarele, mâinile și unghiile necesită o atenție specială pentru a preveni infecția.

- Mâna în contrast cu piciorul este folosită pentru manipulare și nu pentru sprijin.
- Starea mâinilor și picioarelor pacientului influențează capacitatea acestuia de a efectua îngrijire igienică.
- Unghia normală este transparentă, netedă și convexă, de o culoare roz și un vârf alb.



Întrebări pentru verificarea cunoștințelor:

1. Care sunt cunoștințe de bază privind aspectele igienei?

- Factorii care influențează igiena personală a pacientului.
- Folosiți abilități de comunicare pentru a promova relația terapeutică.

2. În timpul igienei pacientului, ce trebuie să evaluați?

- Stare emoțională.
- Practici de promovare a sănătății.
- Educația medicală.

3. Igienă ochilor, urechilor și nasului, care sunt aspectele generale?

- Atunci când sunt furnizate îngrijiri de igienă, ochii, urechile și nasul necesită o atenție deosebită.
- Curățați țesuturile senzoriale sensibile într-un mod care să prevină rănirea și disconfortul pentru un pacient, cum ar fi având grijă să nu pătrundă săpun în ochi.

4. Cum trebuie efectuată îngrijirea ochilor?

- Îngrijirea ochilor ar trebui să facă parte din îngrijirea acordată tuturor oamenilor în timpul internării lor în staționar.
- Unguentele și picăturile sunt mai eficiente la reducerea incidenței abraziunilor corneene decât la instilarea ochilor.
- Toți pacienții care nu pot realiza închiderea pleoapelor în mod independent și pacienții inconștienți sau puternic sedați trebuie să primească îngrijiri oculare la fiecare 2 ore (curățarea cu tifon îmbibat cu soluție salină și administrarea unui lubrifiant specific pentru ochi).

5. Cum trebuie efectuată închiderea pleoapelor?

- Închiderea pleoapelor trebuie menținută la pacienții din terapie intensivă care nu pot menține închiderea completă a pleoapei.
- Dacă închiderea pleoapelor nu poate fi menținută pasiv, atunci trebuie utilizate metode mecanice. Sunt mai eficiente la reducerea incidenței abraziunilor corneene decât unguentele și picăturile.

6. Cum trebuie efectuată îngrijirea urechilor?

- Spălați urechile zilnic cu o fașă de tifon, nu uitați de zona din spatele urechilor.
- Nu folosiți bețișoarele în urechi, puteți împinge ceara urechii adânc în canalul urechii.
- Ceara de ureche este de obicei îndepărtată când mestecați mâncarea.

7. Cum trebuie efectuată îngrijirea nasului?

- Curățarea nasului începe prin suflarea nasului de către pacient.
- Dacă este indicat, folosiți aspirația nazală cu seringă.
- Îndepărtați secreția sau crusta din jurul nasului și aplicați soluții hidratante.

8. Care sunt generalitățile privind igiena orală?

- Igiena orală include toate procesele de menținere a gurii curate și sănătoase. O igienă orală bună este necesară pentru prevenirea cariilor dentare, a bolilor parodontale, a respirației proaste și a altor probleme dentare.

9. Care sunt pași de bază pentru menținerea igienei orale?

- Periajul dinților (cel puțin de două ori pe zi sau după fiecare masă).
- Spălați-vă cu dinții în mod regulat.
- Dieta corectă.
- Alte curățări interdentare.
- Clătirea.
- Controale dentare periodice.

10. Cum trebuie efectuată perierea dentară?

- Utilizați întotdeauna o periuță de dinți individuală.
- Folosiți pasta de dinți cu conținut de fluor.
- Țineți periuța de dinți într-un unghi de 45 de grade la nivelul gingiei, periajul în mișcare circulară. Aceasta scoate placa din buzunarul gingival.
- Periați dinții timp de cel puțin două minute cel puțin de două ori pe zi.
- Periați gingiile și limba împreună cu dinții.
- Nu vă periați prea tare, deoarece acest lucru poate provoca hemoragie gingivală.

11. Cum trebuie efectuată igiena orală a pacientului inconștient?

- Întoarceți capul pacientului către tine.
- Plasați pacientul în Semi Fowler.
- Modul de aer oral poate fi utilizat pentru a ține gura deschisă.
- Utilizați o perie mică sau un tampon pentru a curăța mucoasele și dinții.
- Folosiți aspiratorul pentru a îndepărta secrețiile și lichidul.
- Utilizați hidratant pentru buze.

12. Care sunt generalitățile privind îngrijirea picioarelor, mânilor și unghiilor?

- Picioarele, mâinile și unghiile necesită o atenție specială pentru a preveni infecția.
- Mâna în contrast cu piciorul este folosită pentru manipulare și nu pentru sprijin.
- Starea mâinilor și picioarelor pacientului influențează capacitatea acestuia de a efectua îngrijire igienică.
- Unghia normală este transparentă, netedă și convexă, de o culoare roz și un vârf alb.

Teste:

1. Care sunt cunoștințe de bază privind aspectele igienei?

- a. * Factorii care influențează igiena personală a pacientului.
- b. * Folosiți abilități de comunicare pentru a promova relația terapeutică.
- c. Factorii care influențează igiena personală a medicului.
- d. Factorii care influențează interesul pacientului.
- e. Factorii care influențează interesul

2. În timpul igienei pacientului, ce trebuie să evaluați?

- a. * Stare emoțională.
- b. * Practici de promovare a sănătății.
- c. * Educația medicală.
- d. Motivația medicală.
- e. Practici de promovare a medicinei.

3. Igienă ochilor, urechilor și nasului, care sunt aspectele generale?

- a. * Atunci când sunt furnizate îngrijiri de igienă, ochii, urechile și nasul necesită o atenție deosebită.
- b. * Curățați țesuturile senzoriale sensibile într-un mod care să prevină rănirea și disconfortul pentru un pacient, cum ar fi având grijă să nu pătrundă săpun în ochi.
- c. Nu insistați asupra efectuării igienei.
- d. Igiena pacientului este o chestiune personală.
- e. Igiena pacientului poate avea loc doar în baza solicitării din partea acestuia.

4. Cum trebuie efectuată îngrijirea ochilor?

- a. * Îngrijirea ochilor ar trebui să facă parte din îngrijirea acordată tuturor oamenilor în timpul internării lor în staționar.
- b. * Unguentele și picăturile sunt mai eficiente la reducerea incidenței abraziunilor corneene decât la instilarea ochilor.
- c. * Toți pacienții care nu pot realiza închiderea pleoapelor în mod independent și pacienții inconștienți sau puternic sedați trebuie să primească îngrijiri oculare la fiecare 2 ore (curățarea cu tifon îmbibat cu soluție salină și administrarea unui lubrifiant specific pentru ochi).
- d. Unguentele și picăturile nu sunt eficiente la reducerea incidenței abraziunilor corneene decât la instilarea ochilor.
- e. Unguentele și picăturile trebuie evitate.

5. Cum trebuie efectuată închiderea pleoapelor?

- a. * Închiderea pleoapelor trebuie menținută la pacienții din terapie intensivă care nu pot menține închiderea completă a pleoapei.
- b. * Dacă închiderea pleoapelor nu poate fi menținută pasiv, atunci trebuie utilizate metode mecanice.

- c. * Închiderea pleoapelor sunt mai eficiente la reducerea incidenței abraziunilor corneene decât unguentele și picăturile.
- d. Închiderea pleoapelor nu trebuie menținută la pacienții din terapie intensivă.
- e. Închiderea pleoapelor nu este eficientă la reducerea incidenței abraziunilor corneene.

6. Cum trebuie efectuată îngrijirea urechilor?

- a. * Spălați urechile zilnic cu o fașă de tifon, nu uitați de zona din spatele urechilor.
- b. * Nu folosiți bețișoarele în urechi, puteți împinge ceara urechii adânc în canalul urechii.
- c. * Ceara de ureche este de obicei îndepărtată când mestecați mâncarea.
- d. Folosiți bețișoarele în urechi, împingeți ceara urechii adânc în canalul urechii.
- e. Nu spălați urechile zilnic cu o fașă de tifon, nu uitați de zona din spatele urechilor.

7. Cum trebuie efectuată îngrijirea nasului?

- a. * Curățarea nasului începe prin suflarea nasului de către pacient.
- b. * Dacă este indicat, folosiți aspirația nazală cu seringă.
- c. * Îndepărtați secreția sau crusta din jurul nasului și aplicați soluții hidratante.
- d. Curățarea nasului nu începe prin suflarea nasului de către pacient.
- e. Nu folosiți aspirația nazală cu seringă.

8. Care sunt generalitățile privind igiena orală?

- a. * Igiena orală include toate procesele de menținere a gurii curate și sănătoase.
- b. * O igienă orală bună este necesară pentru prevenirea cariilor dentare, a bolilor parodontale, a respirației proaste și a altor probleme dentare.
- c. Igiena orală a pacienților nu include toate procesele de menținere a gurii curate și sănătoase.
- d. O igienă orală bună nu este necesară pentru prevenirea cariilor dentare.
- e. O igienă orală bună nu este necesară pentru prevenirea a bolilor parodontale și a respirației proaste.

9. Care sunt pași de bază pentru menținerea igienei orale?

- a. * Periajul dinților (cel puțin de două ori pe zi sau după fiecare masă).
- b. * Spălați-vă cu dinții în mod regulat.
- c. * Dieta corectă.
- d. * Clătirea.
- e. Controale dentare periodice nu sunt necesare.

10. Cum trebuie efectuată perierea dentară?

- a. * Utilizați întotdeauna o periută de dinți individuală.
- b. * Folosiți pasta de dinți cu conținut de fluor.

- c. * Țineți periuța de dinți într-un unghi de 45 de grade la nivelul gingiei, periajul în mișcare circulară. Aceasta scoate placa din buzunarul gingival.
- d. * Periați dinții timp de cel puțin două minute cel puțin de două ori pe zi.
- e. Periați tare, chiar dacă acest lucru poate provoca hemoragie gingivală.

11.Cum trebuie efectuată igiena orală a pacientului inconștient?

- a. * Întoarceți capul pacientului către tine.
- b. * Plasați pacientul în Semi Fowler.
- c. * Modul de aer oral poate fi utilizat pentru a ține gura deschisă.
- d. * Utilizați o perie mică sau un tampon pentru a curăța mucoasele și dinții.
- e. Nu folosiți aspiratorul pentru a îndepărta secrețiile și lichidul.

12.Care sunt generalitățile privind îngrijirea picioarelor, mânilor și unghiilor?

- a. * Picioarele, mâinile și unghiile necesită o atenție specială pentru a preveni infecția.
- b. * Mâna în contrast cu piciorul este folosită pentru manipulare și nu pentru sprijin.
- c. * Starea mâinilor și picioarelor pacientului influențează capacitatea acestuia de a efectua îngrijire igienică.
- d. * Unghia normală este transparentă, netedă și convexă, de o culoare roz și un vârf alb.
- e. Picioarele, mâinile și unghiile nu necesită o atenție specială.