



ГУ «Минская районная
центральная библиотека»



Особенности ухода на дому за больными пожилыми людьми

Информационный бюллетень



Михановичи, 2017



«Особенности ухода на дому за больными пожилыми людьми» [Текст]: Информационный бюллетень / сост. М. Камлюк; ред. О.Пунинская; худ.-оф. С.Бань; отдел библиотечного маркетинга ГУ “Минская районная центральная библиотека”. – Михановичи. — 2017. — 4 с.

Уход – это искусство. И как каждому искусству, этому нужно учиться. Для оказания ухода, который так нужен больному пожилому человеку, требуются особые люди.

И этим особым человеком являетесь Вы!

В Вас есть доброта, сочувствие и сострадание, и пожилой человек, которому Вы помогаете, это чувствует. Но Вам чуть-чуть не хватает информации для оказания качественного и профессионального ухода. Здесь содержатся советы, которые помогут Вам принять правильные решения при уходе за пожилыми людьми.

Предназначен для массового чтения.

Особенности ухода на дому за больными пожилыми людьми

Необходимо обратить особое внимание на создание благоприятных жилищно-бытовых условий, поскольку это способствует улучшению физического и психологического самочувствия пожилого человека.

Пожилые плохо переносят смену жительства, в т.ч. и пребывание в больнице. Поэтому в случае болезни желательно организовать уход на дому, в привычных для человека условиях.

Комната больного (или часть комнаты) должна быть светлой и просторной, чтобы в ней можно было свободно передвигаться и пользоваться специальными приспособлениями.

Температура в комнате должна быть около 18 градусов. Комнату необходимо проветривать не менее 2-3 раз в сутки. Очень важна влажность воздуха: при низкой влажности в комнате у больного может развиваться кашель, катаральные явления верхних дыхательных путей или носовое кровотечение. Для нормализации влажности можно воспользоваться развешанными мокрыми простынями.

Санитарно-гигиенический уход является сугубо личным. Поэтому, когда больной пожилой человек вынужден обращаться за посторонней помощью, это вызывает у него чувство стыда, жалости к себе, может формироваться заниженная самооценка и отношение к себе, как к ущербному человеку. В связи с этим видится особенно важным при гигиеническом уходе стремиться к тому, чтобы пожилой человек самостоятельно выполнял простейшие гигиенические процедуры.

Занятия лечебной физкультурой крайне важны для лежачих больных, но их необходимо проводить регулярно и согласно рекомендациям. Это, с одной стороны, предотвратит ухудшение физического состояния пожилого

человека, а с другой, улучшит его настроение, эмоциональное состояние и настрой.

В пожилом возрасте идёт снижение памяти, обоняния, поэтому пожилые люди могут забывать, что включили электроприборы, поставили чайник на газовую плиту и т.п. Конечно, не существует какого-то надёжного средства предохранить стариков от этой опасности, но выходом из такой ситуации может быть внимательность помощников.

Особенности общения с больными пожилыми людьми.

Поведение больного – это часть заболевания.

И когда он совершает те ли иные действия, как, кажется, «наперекор» Вам – это не так. Терпение, понимание и любовь помогут Вам справиться с возникающими трудностями.

Больным пожилым людям необходим отдых днём, так как усталость ухудшает самочувствие.

Планируемые выходы из дома должны быть непродолжительными, чтобы они не утомляли пожилого человека.

Нужно стремиться поддерживать привычный для пожилого человека образ жизни.

Не следует предъявлять излишних требований к пожилому человеку, так как это ухудшает его психическое состояние и самочувствие.



Если пожилой человек перестаёт узнавать близких родственников, путает людей, не следует переубеждать его в этом, лучше переключить внимание больного.

Сон

Старый человек нуждается в 7-8 часовом сне, а люди с выраженной астенизацией (истощением) - еще и в дополнительном сне днем. Сон в жизни пожилого человека более важен, чем в жизни молодых людей, т.к. резервные возможности нервной системы у них значительно снижены и быстро истощаются. Одна бессонная ночь сильно отражается на настроении, состоянии психики, нередко ухудшая физическое состояние. Старые люди могут дремать с перерывами в течении большей части дня. При этом общая продолжительность сна обычно не увеличивается, т.к. ночью они спят меньше. Пробуждения ночью наступают чаще, чем об этом говорят сами пациенты. В лечении нарушения сна следует учитывать причины, которые приводят к трудному засыпанию, прерывистому сну, тяжелым сновидениям.

Сугубо отрицательной стороной длительного приема снотворных препаратов является привыкание к ним, а увеличение дозы приводит к возникновению вялости, апатии, адинамии после сна.

Советы:

1. Засыпать пожилой человек должен в тишине.
2. Постель должна быть твердая.
3. Температура воздуха в комнате – 18-22 С.
4. Воздух должен быть чистым, комната проветренной, лучше спать с открытой форточкой.
5. Одеяло должно быть легкое и теплое, подвернутое под матрац и дающее возможность удобно укутать ноги.
6. Последний прием пищи не позднее, чем за 4 часа до сна, перед сном лучше выпить кефира. Не рекомендуется, есть сладости.
7. Перед сном необходима недлительная прогулка или просто ходьба по комнате.

8. Можно изменить распорядок дня за счет интересных дневных занятий, удерживающих пожилого человека от сна днем и делающим его менее сонливым.

Оборудование

Еще одним неудобством могут стать проблемы опорно-двигательного аппарата. Для облегчения их жизни требуются специальные поручни по квартире, ручки в ванной, желательно использование специальной кровати. А если больной лежачий, необходим противопролежневый матрас, что значительно облегчит уход за пожилым. Как дополнительные средства можно использовать влажные салфетки, мочалки, специальные сухие шампуни, что облегчит проведение гигиенических процедур и улучшит опеку престарелых людей. Если бабушка или дедушка могут понемногу вставать и двигаться, есть возможность приобретения биотуалета, ходунков или же просто необходимо поставить рядом небольшую тумбочку.



Несчастные случаи – довольно частое явление в пожилом возрасте. Они могут происходить на улице, в помещениях, ваннах, коридорах и туалетах. Их причинами часто являются снижение остроты зрения и слуха, недостаточная координация движений и неспособность сохранять равновесие, слабость, головокружения.

Советы:

1. В комнатах не должно быть излишней мебели.
2. Не переставлять мебель, не предупредив об этом пожилого человека.
3. Пол должен быть покрыт цельным ковром.
4. Носить тапочки, а не шлепанцы.

5. Оборудовать ваннные комнаты опорами (поручнями), резиновыми ковриками, срочной сигнализацией.

6. При помывке пожилого человека (ванная или душ) рекомендуется присутствие родственников или медицинского персонала. Температура воды – не выше 35.0 С. Рекомендуется принимать душ, а не ванну, принимать стоя или сидя, в теплом, вентилируемом помещении.

7. Не закрывать ваннные комнаты с внутренней стороны.

Составитель: Камлюк, М.А.

Редактор: Пунинская, О.И.

Художник- оформитель: Бань, С.В.



**ГУ «Минская районная
центральная библиотека»**

**Сердечно приглашает навестить нашу
библиотеку!**

Адрес: а/г Михановичи, ул. Школьная, 25

Телефон: 503-82-17

Время работы:

понедельник – суббота: 10.00 – 19.00

Выходные дни: воскресенье

Санитарный день: первая среда месяца

Читайте с удовольствием!

