

OPAKOVANIE: A: témy teoretické (1 - 26) a B: témy praktické (1 - 12)

A: Témy teoretické (1 – 26):

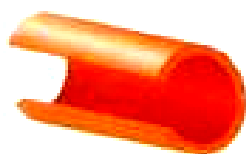
Téma č. 1/26

CIEVY

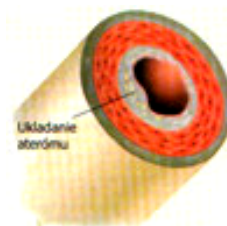
- význam
 - rozdelenie
-

a) význam

Krvné cievy sú väzivovo - svalové trubice, ktorými prúdi v tele krv.



žila



tepna

b) rozdelenie ciev

- tepny*: prúdi v nich krv s kyslíkom, pri ich poranení strieka jasnočervená krv,
- žily*: prúdi v nich krv bez kyslíka, pri ich poranení vyteká tmavočervená krv,
- vlásočnice*: cez ich stenu sa bunkám odovzdáva kyslík a prijíma kysličník uhličitý, pri ich poranení krv presakuje po kvapkách (odrenina).

tepny → tepničky → vlásočnice → žilky → žily

O₂ → O₂ → O₂, CO₂ → CO₂ → CO₂

kyslík = oxid (O₂)

kysličník uhličitý = oxid uhličitý (CO₂)

Téma č. 2/26

KRV

- zloženie
 - úloha, význam
-

a) zloženie

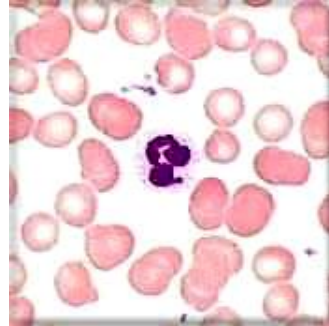
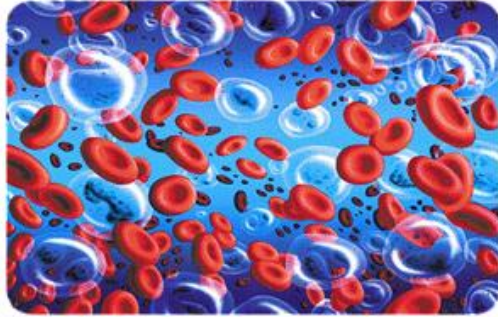
Krv je tekutina červenej farby, ktorá sa nachádza v cievach. Skladá sa z tekutej a tuhej časti. Dospelý človek má 5 - 6 l krvi.

Tekutá časť krvi:

- krvná plazma* je žltkastej farby (nachádza sa v nej soľ, cukor, minerálne látky, dôležité ochranné látky a fibrinogén, ktorý pomáha pri zrážaní krvi).

Tuhá časť krvi:

- *červené krvinky* majú červenú farbu od krvného farbiva, roznášajú v tele kyslík,
- *biele krvinky* sú bezfarebné, ničia choroboplodné zárodky,
- *krvné doštičky* sú dôležité pri zrážaní krvi.



b) úloha, význam

- roznáša kyslík, výživné látky, vitamíny a hormóny do tkanív (červené krvinky),
- odnáša z tkanív nepotrebné (odpadové, škodlivé) látky,
- zastavuje krvácanie pri poraneniach (krvné doštičky),
- ochraňuje pred infekciami (biele krvinky),
- roznáša po tele teplo, ktoré vzniká pri trávení a svalovej činnosti.

Téma č. 3/26

TRÁVIACA SÚSTAVA

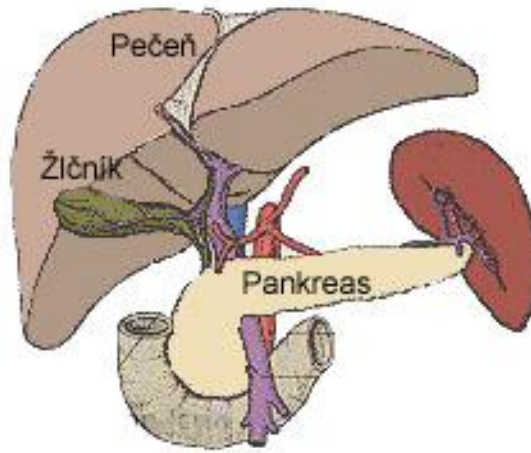
- a) zloženie
 - b) význam
-

a) zloženie

K tráviacej sústave patrí:

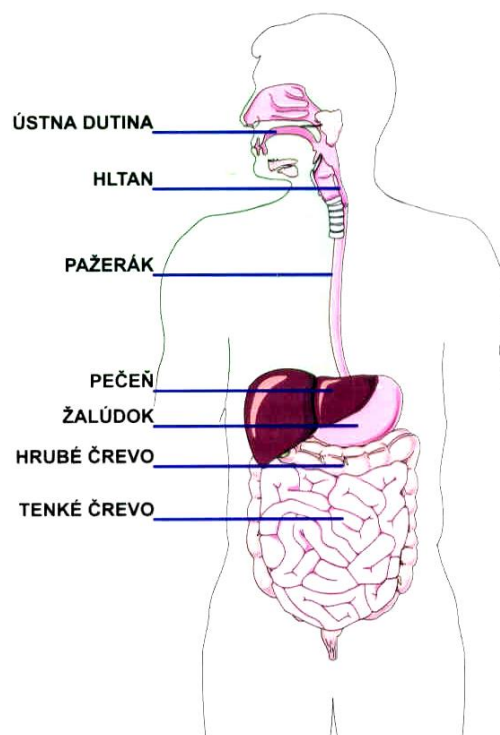
- *ústna dutina* - slúži k prijímaniu potravy, k prvému spracovaniu a k prehltaniu potravy,
- *hltan* - prechádza nim potrava z dutiny ústnej ďalej do pažeráka,
- *pažerák* - spája žalúdok s hltanom,
- *žalúdok* - prebieha v ňom trávenie potravy, dôležitá je pri tom kyselina žalúdočná,
- *dvanástnik* - je to prvá časť tenkého čreva, prechádza sem natrávená potrava zo žalúdka, do dvanástnika vyúsťujú vývody podžalúdkovej žľazy a žlčovodu,
- *tenké črevo* - cez jeho stenu prechádzajú výživné látky z natrávanej potravy do krvi,
- *hrubé črevo* - nestrávená, nepotrebná potrava sem prechádza z tenkého čreva, prvá časť hrubého čreva sa volá slepé črevo, na ktorom sa nachádza červovitý prívěsok,

- **konečník** - je to koniec hrubého čreva, cez ktorý odchádzajú odpadové, nepotrebné časti potravy z tela von,
- **pečeň, žlčník** - v pečeni sa tvorí žlč, ktorá sa zhromažďuje v žlčníku, odtiaľ sa žlčovodom dostáva do dvanástnika, kde je dôležitá pri trávení tukov,
- **podžalúdková žľaza** - tvorí sa v nej šťava, ktorá prichádza do dvanástnika, kde pomáha pri trávení cukrov a bielkovín.



b) význam

Potrava rozžutá v ústnej dutine prechádza prehĺtnutím cez hltan a pažerák do žalúdka, kde sa zmiešava so žalúdočnou šťavou. Tu sa potrava začína tráviť. Trávenie pokračuje aj v prvej časti tenkého čreva (v dvanástniku), kde sa potrava ďalej trávi za pomoci žlče a šťavy z podžalúdkovej žľazy. Rozkladá sa na základné živiny – tuky, cukry, bielkoviny, minerálne látky a vitamíny. Rozložená potrava ide do ďalšej časti tenkého čreva, kde prechádza cez jeho stenu do krvi. Krv odnáša výživné látky k bunkám v celom tele. Nestrávená potrava odchádza hrubým črevom cez konečník z tela von.



Téma č. 4/26

POPÁLENINY

- a) vznik
 - b) rozdelenie
 - c) prvá pomoc
-

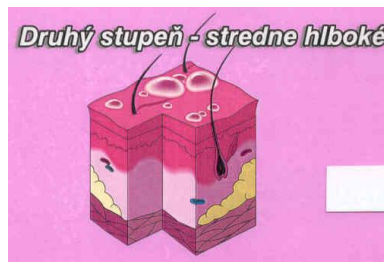
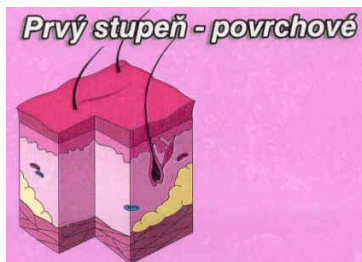
a) vznik

Vznikajú pôsobením vysokej teploty - plameň, horúca tekutina, žeravé predmety, alebo pôsobením slnečného a iného žiarenia.

b) rozdelenie

Popáleniny rozdeľujeme na tieto stupne:

- 1. stupeň - sčervenanie a opuch kože
- 2. stupeň - pľuzgiere naplnené krvnou plazmou
- 3. stupeň - príškvary (miestne odumretie tkanív)
- 4. stupeň - zuhoľnatenie



Pri popáleninách veľkého rozsahu hrozí smrť. Do popálenej rany sa môžu dostať aj baktérie a rana začne hnisieť a zle sa hojí.

c) prvá pomoc

Popáleného treba odsunúť od páliaceho zdroja a uhasiť horiace časti odevu - plachtami, iným odevom alebo vodou.

Popálené miesto nesmieme chytat' rukami, pľuzgiere neprepichujeme.

Prilepené šaty nestrhávame. Popáleninu prikryjeme sterilnou gázou alebo čistou vreckovkou, plachtou.

Na popáleniny nedávame masť ani zásyp.

Podávame veľa tekutín a postihnutého dopravíme k lekárovi.

Téma č. 5/26

ZLOMENINY

- a) vznik
 - b) rozdelenie
 - c) prvá pomoc
-

a) vznik

Zlomenina je porušenie celistvosti kosti. Vzniká úderom, nárazom, pádom alebo nárazom predmetu na telo. Môžu vzniknúť zlomeniny končatín, lebky, hrudníka, panvy.

b) rozdelenie

- *Otvorené zlomeniny* - kosť trčí z rany von, často tu dochádza k poraneniu svalov, šliach a ciev.
- *Zatvorené zlomeniny* - zlomená kosť ostane pod kožou, nevidíme ju. Miesto je však opuchnuté, končatina má neprirodzenú polohu, v mieste zlomeniny pociťuje poranený pichavú bolesť.



otvorená zlomenina



zatvorená zlomenina

c) prvá pomoc

Zlomenou časťou nesmieme hýbať, nesmieme ju naprávať.

Pri otvorenej zlomenine poranené miesto sterilne prikryjeme obvazom, znehybníme dlahou.

Poraneného utišujeme. Po poskytnutí prvej pomoci odvezieme raneného na odborné ošetrovanie.



Téma č. 6/26

OBVÄZY - OBVÄZOVÉ TECHNIKY

- a) druhy obvazov
 - b) zásady pri obvazovaní
-

a) druhy obvazov

- spevňujúci - fixačný - spevniť kĺb, zlomenú kosť
- krycí - chrániť ranu (infekcia, chlad)
- tlakový - kompresívny - zastaviť krvácanie
- naťahujúci - extenčný - vyrovnáť skrátenie končatín
- podporný - udržiavať určitú časť tela v potrebnej polohe
- nápravný - redresívny - tvaruje určitú časť tela do požadovanej polohy



Obväzy zhotovujeme z obväzového materiálu - z ovínadiel, šatiek, náplastí.

b) zásady pri obväzovaní

- Pred aplikáciou obväzu si naplánujeme všetky činnosti, aby výkon prebehol plynulo a klienta nezaťažoval.
- Pred každým výkonom a po ňom si treba umyť ruky a používať rukavice
- Výhodou je používanie jednorázových rukavíc, je to ochrana seba aj klienta pred prenosom choroboplodných organizmov.
- Pri výkone pracujeme sústredene a ohľaduplne.
- Pomôcky musia byť:
 - zoradené na pracovnej ploche (vozíku) tak, ako ich budeme potrebovať pri výkone,
 - náležite označené,
 - v dostatočnom množstve a kvalite,
 - rozmiestnené tak, aby sme pri výkone mohli stáť pred klientom, sledovať ho, prípadne zmeniť jeho polohu.

Téma č. 7/26

PRELEŽANINY

a) vznik, stupne

b) prevencia

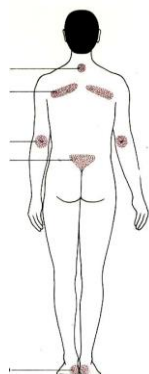
a) vznik, stupne

Preležanina (dekubitus) je miestne odumretie tkaniva, vzniká na tých miestach tela, kde nahmatáme kostné výčnelky, na ktoré pôsobí najväčšia hmotnosť tela klienta.

Príčiny vzniku preležanín:

- tvrdý základ postele, zhrnuté podložky,
- nesprávne priložená dlaha, sadrový obväz,
- protéza a iné pomôcky, znížená čistota postele,
- vlhkosť kože (dráždenej stolicou, močom, sekrétom)

krčná chrbtica
 z rán).
 lopatky
 lakte
 krížová kosť



päty

1. *stupeň* - koža je začervenaná, klient cíti pálenie a mravčenie
2. *stupeň* - na ohrozenom mieste sa spravia pľuzgiere, klient cíti úporné pálenie a bolesť
3. *stupeň* - koža je tmavočervená až čierna, klient pociťuje veľkú bolesť
4. *stupeň* - rozpad odumretého tkaniva, vzniká krvácajúca rana, do ktorej môže ľahko vniknúť infekcia

b) prevencia

- pravidelná denná kontrola kože
- podkladanie ohrozených miest pomôckami znižujúcimi tlak
- hladko ustlaná posteľ
- správne priložená dlaha, sadrový obväz, protéza
- zmena polohy niekoľkokrát denne
- aktívne cviky na posteli
- denné umývanie mokrého a znečisteného miesta, prezliekanie klienta
- denné umývanie a masáž ohrozených miest

Téma č. 8/26

SPARENINY

a) vznik

b) prevencia, ošetrovanie

a) vznik

Sparenina - intertrigo je poškodenie povrchovej vrstvy kože spôsobené trením dvoch vlhkých plôch pokožky o seba. Vlhkosť vyvoláva moč, pot, zvratky.

Spareniny vznikajú v podpazuší, v slabine, v kožných záhyboch na bruchu, na vnútornej strane stehien, okolo konečníka, u tučných žien pod prsníkmi, u detí na krku, pri nádche okolo nosa.

Spareniny sa prejavujú sčervenaním, zdurením a drobnými pľuzgierikmi, klient pociťuje pálenie.

b) prevencia, ošetrovanie

Najlepším prostriedkom proti vzniku sparenín je suchá a čistá pokožka.

Ohrozené miesta denne umývame, do sucha utrieme a zasypeme Avirilom, alebo ošetríme kožu detským olejom. Medzi dve kožné riasy sa odporúča vkladať zasypaný pruh mulu.

Postihnutú pokožku denne umývame odvarom rumančeka alebo repíka lekárskeho, do sucha utrieme a buď zapudrujeme zásypom, alebo ju zľahka natrieme Genciánovou violetou, detským alebo olivovým olejom, deťom okolo genitálu ošetrujeme masťami napr. Baby avirilom.



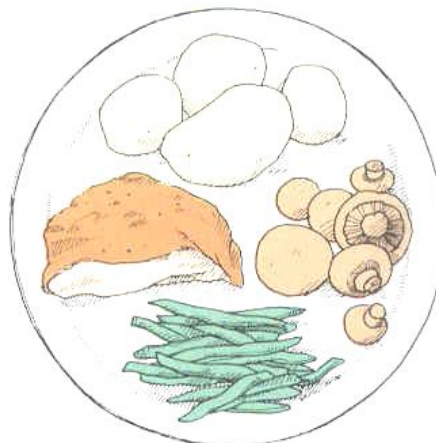
Téma č. 9/26

PODÁVANIE JEDLA KLIENTOM

- a) zásady pri podávaní
 - b) postup pri podávaní
-

a) zásady pri podávaní

- Každý klient musí dostať ordinovanú diétu.
- Jedlo musí byť teplé a pekne upravené.
- Podáva sa pravidelne, medzi jednotlivými jedlami má byť primeraný časový odstup.
- Jedlo sa musí podávať v čistých a nepoškodených nádobách, vkusne servírované.
- Pri obede a večeri, keď to vyžaduje druh jedla, podávame klientom kompletný príbor.
- Strava sa na opatrovateľskú jednotku priváža buď v nepriehľadných uzavretých nádobách (termosoch), podľa potreby sa musí prihriať. Môže byť pre každého klienta pripravená na podnose už v centrálnej kuchyni. Podnosy s označením čísla diéty a menom klienta sú uložené vo vyhrievacom vozíku – kulináry. Z neho sa servírujú priamo klientom.



b) postup pri podávaní

Aby klienti dostali jedlo včas a teplé, podávame im ho v tomto poradí:

1. chodiacim klientom,
2. ležiacim klientom , ktorí sa môžu najesť sami,
3. ležiacim klientom, ktorých treba kŕmiť.

Chodiac klient sa stravuje v jedálni na oddelení, každý dostane predpísanú diétnu stravu.

Ležiaci klienti, ktorí sa môžu najesť sami, jedia na posteli (prisunie sa im k posteli jedálny stolík).

Ležiacim klientom, ktorých treba kŕmiť, jedlo podávame nakoniec, aby sme mali na každého klienta čas.

Téma č. 10/26

DIÉTY

- a) význam diétnej stravy
 - b) základné druhy
-

a) význam diétnej stravy

Dôležitou súčasťou liečby je diéta. Diéta je strava z liečebných príčin upravená. Liečebný účinok diéty možno dosiahnuť vhodným výberom potravín, jednak technologickým postupom pri kuchynskej úprave stravy ale aj vhodným zložením stravy.

Jednotný diétny systém JDS – je zoznam diét, ktoré sú označené číslom. Umožňuje jednoduchú a rýchlu orientáciu v diétach a zabezpečenie rovnakej diéty, aj vtedy, keď klient zmení opatrovateľské zariadenie. Platí na celom území v SR. Obsahuje **2 skupiny diét**:

1. Hromadne pripravované diéty – dostáva ich väčšina klientov, sú označené číslom od **0 do 14**. **2. Individuálne diéty** – vyskytujú sa len občas.

Diétna strava musí spĺňať niektoré dôležité požiadavky:

- vyhovujúca energetická hodnota,
- zodpovedajúca biologická hodnota,
- hygienicky bezchybná,
- chutná a esteticky upravená,
- pestrá.

b) základné druhy

Jednotný diétny systém obsahuje zoznam základných diét, ktoré sú označené číslom, ich zloženie a ingrediencie. Jednotný diétny systém umožňuje pomerne jednoduché objednávanie diét pre klientov v ústavnej kuchyni.

Základné druhy diét:

- D.č. 0 - tekutá
- D.č. 1 - kašovitá
- D.č. 2 - šetriaca
- D.č. 3 - racionálna
- D.č. 4 - s obmedzením tukov

Špeciálne diéty (príklady):

- D.č. 0 - S - čajová
- D.č. 1 - S - tekutá, výživná
- D.č. 4 - S - s prísnyim obmedzením tukov

- D.č. 5 - bielkovinová bezzvyšková
- D.č. 6 - nízkobielkovinová
- D.č. 7 - nízkocholesterolová
- D.č. 8 - redukčná
- D.č. 9 - diabetická
- D.č.10 - neslaná, šetriaca
- D.č.11 - výživná
- D.č.12 - strava batoliat
- D.č.13 - strava väčších detí

Štandardizované diétne postupy

- S/BLP - bezlepková diéta
- S/BLK - bezlaktózová diéta

Téma č. 11/26

POMOCNÉ ZARIADENIA POSTELE

- a) rozdelenie podľa účelu
 - b) význam pomôcok
-

a) rozdelenie podľa účelu

- *pomôcky na úpravu polohy* - podpera, debnička, valec pod kolená, vrecká s pieskom, drôtené dlahy, Brownova dlahy,
- *pomôcky uľahčujúce pohyb na posteli* - hrazdička, rebriček, uzdička,
- *pomôcky znižujúce tlak na jednotlivé časti tela* - podložné koleso, antidekubitové podložky (molitanové kolieska), antidekubitový nafukovací matrac zapojený na tlakový prístroj, molitanová podložka, kolíska,
- *pomôcky na zabezpečenie chorého* - bočnice, popruhy, detské ochranné popruhy,
- *pomôcky prijímajúce chorému pobyt na posteli* - jedálenský stolík, stojan na knihy, vrecko na drobné predmety, zástena,
- *pomôcky na dorozumievanie sa chorého s OŠP* - signalizačné zariadenie.



hrazdička



rebríček

b) význam pomôcok

- upravujú, alebo menia polohu klienta
- uľahčujú pohyb klienta
- znižujú tlak na jednotlivé časti tela
- zabezpečujú klienta pred pádom
- zvyšujú jeho pohodlie
- pomáhajú mu spojiť sa s opatrovateľským personálom

Téma č. 12/26

ZÁKLADNÉ POLOHY CHORÝCH

- a) liečebné polohy
 - b) vyšetrovacie polohy
-

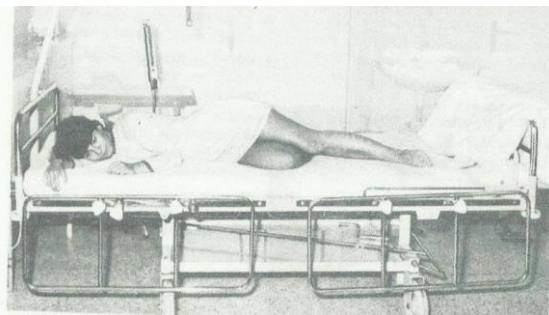
a) liečebné polohy

Liečebné polohy prispievajú k úspešnému liečeniu klienta, sú súčasťou liečby, ordinuje ich lekár. Na ich zabezpečenie používame pomocné zariadenia postele. Polohy z hľadiska stavu klienta:

- **aktívna poloha** – klient ju zaujme na posteli sám podľa svojej vôle
- **pasívna poloha** – klient ktorý je zoslabnutý, v bezvedomí, nedokáže zmeniť svoju polohu sám. Takéhoto klienta musí s použitím rôznych pomocných zariadení postele ukladať do vhodnej polohy OŠP
 - *Poloha v sede, polosedé - Fowlerova poloha*, je najčastejšie používaná poloha. Klient má za chrbtom zdvihnutú podperu a pred nohami má debničku. Vhodná pri chorobách srdca, po operáciách brušnej a hrudnej dutiny. Je vhodná pre starších klientov, dlhodobo ležiacich klientov ohrozených zápalom pľúc.



- *Poloha na boku* - klient leží na boku, nohu má pokrčenú, je vhodná po operáciách obličiek, ako prevencia preležanín a je to aj vyšetrovacia poloha.



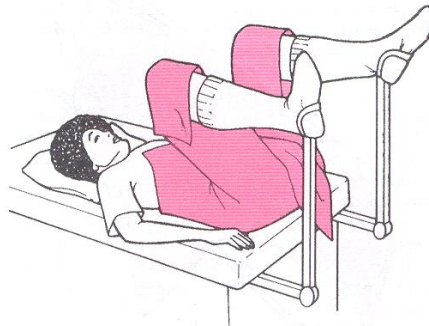
- *Trendelenburgova poloha* - hrudník a hlava klienta sú nižšie ako dolné končatiny. Nepoužívame vankúš. Polohujeme pomocou polohovacej postele.



- *Obrátená Trendelenburgova poloha* - je opačná, hlava a hrudník sú vyššie. Vhodná pri chorobách tepien.

b) vyšetrovacie polohy

- *Poloha na chrbte* - nohy sú mierne pokrčené, ruky voľne pozdĺž tela.
- *Poloha na boku* - klient leží na boku, spodná dolná končatina je pokrčená.
- *Gynekologická poloha* - dolné končatiny sú ohnuté v kolenách a bedrách, rozkročené.



- *Kolenovo-prsná poloha* - klient kľáči v predklone, opiera sa o kolená, typická je pri vyšetrení konečníka.

Vyšetrovacie polohy sa používajú pri rôznych vyšetreniach.

Téma č. 13/26

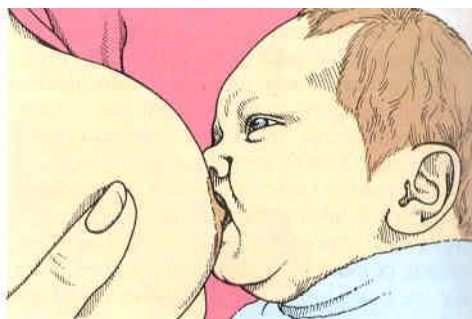
DETSKÁ VÝŽIVA

- a) prirodzená výživa
- b) umelá výživa, sušené mlieko

a) prirodzená výživa

Tvorí ju materské mlieko, ktoré je plnohodnotnou výživou v prvom ½ roku života dieťaťa. Tvorba materského mlieka sa nazýva laktácia. Prvé mlieko nazývame mledzivo, tvorí sa krátko po pôrode a je menej hodnotné. Neskôr sa tvorí plnohodnotné materské mlieko. Obsahuje cukry, tuky, bielkoviny, soli, protilátky od matky, vitamíny a minerály.

Dieťa má prirodzený sací reflex, ktorým sa prisaje k prsníku. Dojčením dostáva prirodzene teplú stravu, sterilnú, vytvára sa duševný vzťah medzi dieťaťom a matkou.



b) umelá výživa, sušené mlieko

V prípade, ak matka nemá dostatok mlieka, prechádza dieťa na umelú výživu. Pripravuje sa do sterilných fliaš na 24 hodín. Na prípravu používame rôzne druhy sušeného mlieka. Vhodný druh mlieka a jeho dávkovanie odporučí lekár podľa veku a zdravotného stavu dieťaťa. Najčastejšie používané sú - Sunar, Feminar, Lakton, Relakton, Nutrilon. Tieto mlieka sa presne dávkujú podľa veku dieťaťa. Miešame ich s prevarenou vlažnou vodou podľa pokynov lekára a návodu na obale.

Od piateho mesiaca veku dieťaťa podávame ovocné a zeleninové šťavy, ovocnú kašu, zeleninové polievky, krupicovú kašu, ryžový alebo ovsený odvar.

Umelú výživu podávame dieťaťu v sterilnej fľaši, sterilným cumľom. Šťavy a kaše podávame lyžičkou.



Téma č. 14/26

SPREVÁDZANIE KLIENTOV NA VYŠETRENIE

- a) sprevádzanie klientov na vyšetrenie
 - b) vizita
-

a) sprevádzanie klientov a chorých na vyšetrenia

Náplňou práce opatrovateľky je sprevádzanie klientov na rôzne vyšetrenia.

Klientov rozdeľujeme podľa toho, ako sa dokážu samostatne pohybovať do 3. skupín:

Chodiaci klienti → **mobilní**: pri ich sprevádzaní platí zásada – prispôbiť sa ich tempu chôdze – podľa potreby ich pri chôdzi podopierame a ak je potrebné robíme malé prestávky

Čiastočne mobilní → **klienti na vozíku**: dbáme najmä na bezpečnosť pri nasadaní a zostupovaní klienta na vozík a z vozíka. Vozík zabrzdíme, alebo ihneď zabezpečíme proti pohybu. Nohy klienta sediaceho na vozíku musia byť vždy podopreté. Vozík s klientom pred sebou tlačíme, aby sme na pacienta- klienta videli. Veľký pozor dávame, keď vstupujeme a vystupujeme do výtahu a keď prechádzame cez dvere.

Imobilní klienti → nemôžu pohybovať, na vyšetrenie ich sprevádzame na lôžku – posteli. Je vhodné aby s posteľou šli dvaja opatrovatelia. Posteľ pred sebou tlačíme a usmerňujeme jej chod po chodbách. Veľký pozor dávame pri prechode cez dvere, pri nastupovaní do výtahu, najmä ak sú na posteli namontované pomocné zariadenia posteľe (závažia, Brownova dlaha) a ak sú na základe posteľe pripevnené zberné vrecká na moč, alebo drény. Pri skladaní a nakladaní pacienta- klienta na posteľ musí byť posteľ vždy zabrzdená

Na každé vyšetrenie je potrebné so sebou mať:

Preukaz poistenca

Chorobopis – zdravotnú dokumentáciu

Žiadanku na vyšetrenie

a) vizita

- **Vizita** je pravidelná návšteva klientov lekárom a ostatnými členmi opatrovateľského tímu. Najčastejšie sa robí pri posteli klienta.

Poznáme:

- **malú vizitu**: robí ju 2x denne lekár a sestra,

- **veľkú vizitu**: robí sa niekoľkokrát týždenne, vedie ju primár, zúčastňujú sa lekári, vrchná sestra, staničná sestra, službukonajúce sestry, opatrovateľky,

- individuálnu vizitu: rozhovor medzi lekárom a klientom,
- skupinovú vizitu: napríklad v liečebniach kde lekár, sestra a opatrovateľka navštevujú klientov pri dennom programe, pracovnej terapii.

Pred vizitou pripravíme izby, dokumentáciu klientov a pomôcky: napr. tlakomer, fonendoskop, jednorazové rukavice, ústne lopatky, emitnú misku.

Téma č. 15/26

ŠPECIÁLNE DRUHY POSTELÍ

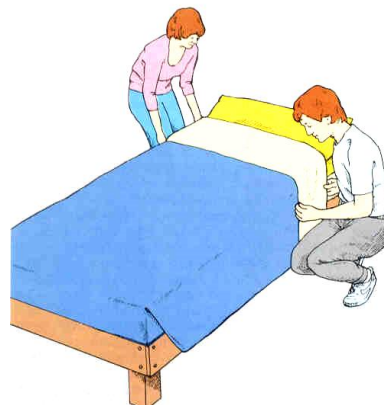
- rozdelenie postelí
 - úprava postele, pomôcky pri prezliekaní
-

a) rozdelenie postelí

- **Ergon štandardný (základný) typ** postele má 2 čelá, spojené kovovou konštrukciou (základ postele). Má polohovateľnú hornú časť- pod hlavový panel a panel pod nohami. V tomto type postele môžeme klienta len obmedzene polohovať. Posteľ je vybavená umývateľným matracom. Dobro sa ňou manipuluje, má kolieska. Týmto typom postele sú zariadené bežné izby pre klientov na každej OPJ.
- **Ergon polohovací typ** postele umožňuje lepšie a ľahšie polohovať klienta, používa sa na oddeleniach intenzívnej starostlivosti, pre pooperačných klientov. Má molitanový matrac z 3 častí, alebo v celku. Súčasťou postele sú bočnice, ktoré zabezpečujú klienta pred pádom.
- **Detsté postieľky** pre novorodenca, pre dojčatá a batoláta, pre deti do 10 rokov.

b) úprava postele, pomôcky pri prezliekaní

- Pri úprave prázdnej postele postupujeme nasledovne:
Na stoličku si položíme vankúše a paplón. Uvoľníme plachtu a matrac prevrátime – vyvetráme. Postupne naň rozložíme čistú plachtu, ktorú môžeme upraviť do rohov, do uzlov alebo pomocou slučky. Poriadne ju napneme, do stredu dáme gumovku a krížnu plachtu a na bokoch ich spolu zasunieme. Miesto gumovky a krížnej plachty môžeme použiť jednorazovú podložku, tú pod matrac nezastielame. Prezlečený paplón upravíme tak, že dolný koniec zasunieme pod matrac a kraje založíme. Navrch položíme prezlečený vankúš. Takto upravený spôsob voláme – otvorený spôsob úpravy.
- Pri úprave postele s klientom je postup nasledovný:
Ak sa klient môže otočiť na bok, rolujeme plachtu po dĺžke postele. Ak sa nemôže klient otočiť, rolujú opatrovateľky plachtu po šírke, klienta nadvihujú.
- Pomôcky - čistá bielizeň, vrece na špinavú bielizeň, stolička, gumovka, jednorazová podložka.



Téma č. 16/26

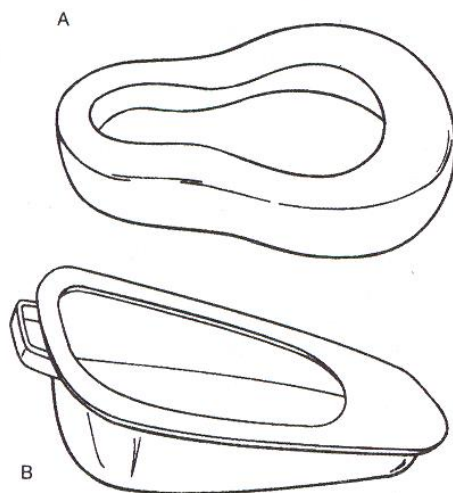
HYGIENICKÉ VYPRÁZDŇOVANIE KLIENTOV

- a) podložná misa, podkladanie
 - b) močové fľaše, toaletná stolička
-

a) podložná misa, podkladanie

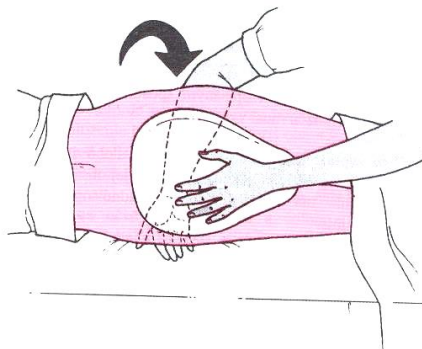
Pre Klientov, ktorí sú nútený vyprázdňovať sa na posteli, slúžia podložné misy, močové fľaše a toaletná stolička.

- *podložné misy*



- *podkladanie mís*

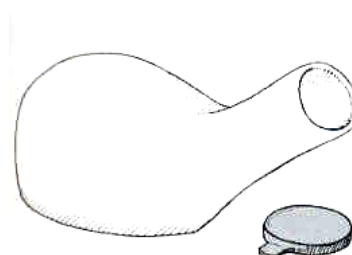
- misa musí byť suchá, čistá, neotlčená,
- podávame ju v čase pravidelného vyprázdňovania,
- po použití obsah vylejeme do záchodu, misu vypláchneme, umyjeme saponátom a dezinfikujeme.



b) močové fľaše, toaletná stolička

- *močové fľaše*

Používajú ich muži, vyrábajú sa z plastickej látky. Po použití sa oplachujú, umývajú v saponáte a dezinfikujú.



- *toaletná stolička*

Je to vozík, ktorý má na sedacej ploche otvor a v ňom krytú smaltovanú nádobu. Používa sa pre klientov, ktorí môžu zísť z postele. Po použití sa oplachuje, umyje v saponáte a dezinfikuje.



Poiazdny záchod

Téma č. 17/26

DEZINFEKČIA

- a) dezinfekcia - význam dezinfekcie
 - b) spôsoby chemickej dezinfekcie
-

a) dezinfekcia – význam dezinfekcie

Dezinfekcia je proces pri ktorom ničíme choroboplodné mikróby, pôsobením *chemických látok* (chemická dezinfekcia), alebo *fyzikálnymi metódami* (fyzikálna dezinfekcia).

Chemické dezinfekčné prostriedky sa vyrábajú priemyselne, vo forme *tekutej* – *kvapalnej*, alebo vo forme *práškovej*.

Pred použitím sa riedia, na roztoky potrebnej koncentrácie. Dezinfekčný roztok musí na dezinfikovaný predmet pôsobiť *expozičný čas*.

Expozičný čas – je doba pôsobenia dezinfekčného roztoku na dezinfikovaný predmet.

Pred dezinfekciou je potrebné dezinfikovaný predmet aj *mechanicky očistiť* – umyť vodou so saponátom.

b) spôsoby chemickej dezinfekcie

- *ponorením* - tento spôsob sa používa pred čistením pomôcok, prípadne, keď predmet nemôžeme zbaviť choroboplodných zárodkov inými spôsobmi
- *umývaním* - po očistení umyjeme predmet handričkou namočenou v dezinfekčnom roztoku, predmet neutierame,
- *postrekom* - dezinfekčné roztoky sa vyrábajú v sprejoch alebo nariadenia do fľaše s mechanickým rozprašovačom.



DEZINFEKČNÉ PROSTRIEDKY

- a) použitie Persterilu, Inciduru, Septonexu
 - b) pomôcky na riedenie a ochranné pomôcky
-

a) použitie Persterilu, Inciduru, Septonexu

Na väčšine pracovísk poskytujúcich opatrovateľskú starostlivosť sa používajú napr. tieto dezinfekčné prostriedky:

Persteril – je tekutý dezinfekčný prostriedok, kyslastého zápachu. Používa sa na dezinfekciu gumených a sklenených predmetov. Vo vysokých koncentráciách sa používa aj na sterilizáciu

Incidur – je tekutý dezinfekčný prostriedok s príjemnou vôňou. Je vysoko účinný a účinkuje aj proti vírusu HIV. Používa sa na dezinfekciu podláh, bielizne, sklenených plôch a pomôcok

Septonex – je práškový dezinfekčný prostriedok. Používa sa najmä na detských oddeleniach na dezinfekciu umývadiel, pomôcok, hračiek, vaničiek. Nesmie sa používať s mydlom a saponátmi.



b) pomôcky na riedenie a ochranné pomôcky

Niektoré dezinfekčné roztoky prichádzajú na oddelenie z ústavnej lekárne už zriedené, väčšinu z nich však musí riediť sestra, sanitárka. Pri riedení roztokov je nutné používať osobné ochranné pracovné pomôcky - gumené rukavice, ochranný plášť a rúšku na tvár. Každý dezinfekčný roztok musí mať správnu koncentráciu – pomer dezinfekčného prostriedku a vody.

Na riedenie dezinfekčných prostriedkov používame – odmerné valce, nádobu s ucho a emitné misky, vedrá.



Téma č. 19/26

DEZINFEKČNÉ PROSTRIEDKY

- a) riedenie dezinfekčných prostriedkov
 - b) fyzikálna dezinfekcia, dezinfekčné prístroje
-

a) riedenie dezinfekčných prostriedkov

- odmeriame potrebnú dávku dezinfekčného prostriedku (pomocou odmerky alebo odmerného valca)
- v inej väčšej nádobe si pripravíme studenú vodu (požadované množstvo)
- do vody nalejeme dezinfekčný prostriedok



Príklad presného merania:

200ml 2% Jodonalu = 4 ml Jodonalu + 196 ml vody

Príklad hrubého merania:

10 l 2% Orthosanu = 1 väčšie vedro vody (asi 10 l) + 1 pohár (200 ml) Orthosanu

b) fyzikálna dezinfekcia

Je účinná aj ekologická metóda dekontaminácie – ničenie mikróbov.
Na ničenie mikróbov využíva krátkodobé pôsobenie vysokých teplôt.

Fyzikálna dezinfekcia môže prebiehať tak, že:

- predmet sa vyvarí vo vode (vyváranie 100°C),
- bielizeň sa vyžehlí (od 80°C až 170°C),
- priestor sa vyžiari ultrafialovým žiarením

Kombinovaná dezinfekcia → je kombináciou chemickej a fyzikálnej dezinfekcie.

Dezinfekčné prístroje

Používajú sa na dezinfekciu predmetov (močové fľaše, podložné misy, laboratórne sklo). Sú vybavené umývacím systémom, duté pomôcky sa nasúvajú na dýzové rúrky. Voda z dýzy má 90°C, umýva všetky vonkajšie aj vnútorné plochy pomôcky. Po umytí pomôcku takým istým spôsobom aj vydezinfikuje.

Téma č. 20/26

OBVÄZOVÝ MATERIÁL

- a) druhy obvázového materiálu
 - b) pomôcka z obvázového materiálu
-

a) druhy obvázového materiálu

Obvázový materiál sa delí podľa toho, z čoho je vyrobený a na čo slúži. Poznáme:

- tkaniny: hydrofilový mul, hadicové ovínadlá, elastické ovínadlá, kaliko, tylesol,
- vlákniny: obvázová vata, buničitá vata,
- látky stužujúce tkaniny: sadra, škrob, leukoplast, rýchloobváz,
- postrekové obvazy: akutol spray,
- obvazy z plastickej látky,
- pomôcky spevňujúce obvazy: dlahy.

Obváz chráni pred infekciou, ale tiež v opačnom prípade chráni okolie pred škodlivými výlučkami.

Niektoré obvázové pomôcky (ovínadlá, trojrohé šatky, náplasti) sa vyrábajú tak, že ich môžeme hneď použiť.

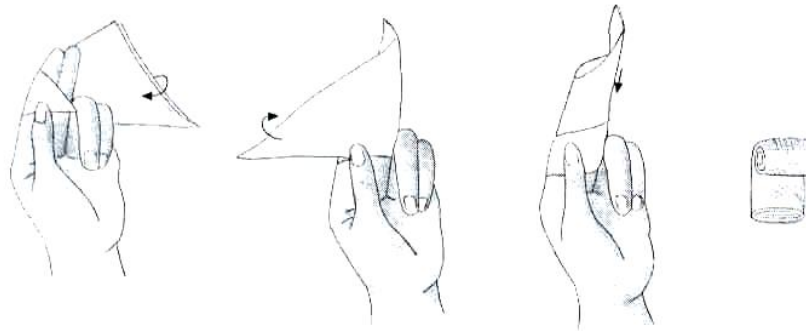


b) pomôcky z obvázového materiálu

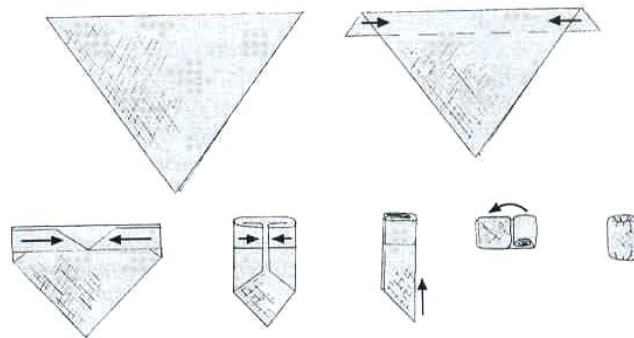
Sú pomôcky, ktoré je ešte stále potrebné zhotovovať z obvázového materiálu a používajú sa pri opatrovateľskej starostlivosti o klientov. Patria sem:

- štvorce,
- longety,
- mulové dreňy,
- tampóny,
- mulové tampóny s obvázovou vatou,
- brušné rúšky,

- vatové štetôčky,
- vatové zvitky,
- tvrdé tampóny.



Obr. 11. Zhotovenie mulového tampónu (model č. 1)



Obr. 12. Zhotovenie mulového tampónu (model č. 2)

Téma č. 21/26

STAROSTLIVOSŤ O STARÝCH A DLHODOBO CHORÝCH

- charakteristika staroby
- základná opatrovateľská starostlivosť

a) charakteristika staroby

Staroba je stav, ktorý nastáva procesom starnutia. Najdôležitejšie zmeny v starobe sú:

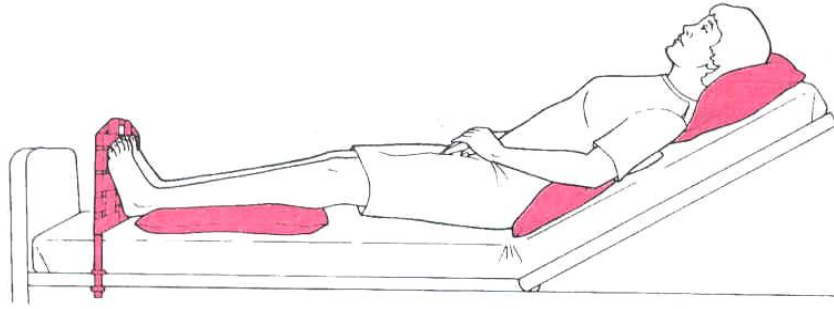
- **zmeny telesné** - zníženie svalovej hmoty, ochabnutosť, pomalší pohyb, suchá a zvráskavená koža, srdce prečerpáva menej krvi, pľúca majú polovičnú výkonnosť, mozgové bunky odumierajú, znižuje sa zvuková, chuťová, sluchová schopnosť, všetky reakcie sú pomalšie, klesá odolnosť voči rozličným záťažiam, starí ľudia ľahšie ochorejú,
- **zmeny psychické** - poruchy pamäti, znížená ostrosť vnímania, citová labilnosť, zvláštne reakcie na chorobu - strach, bezmocnosť, neistota,
- **zmeny v sociálnom postavení** - sociálna izolácia, pocit osamotení, odchod do dôchodku, ekonomické zmeny, strata partnera, choroba.

b) základná opatrovateľská starostlivosť

Základná opatrovateľská starostlivosť má veľký význam v prevencii mnohých komplikácií, prispieva k telesnej a duševnej pohode starých ľudí a dlhodobo chorých ľudí.

POSTEĽ - POLOHA - HYGIENA – VÝŽIVA – VYPRÁZŇOVANIE

- **Posteľ** - pevný základ, matrace, ktoré sa prispôbujú tvaru tela, netlačia, prevencia preležanín.
- **Poloha** - klient musí ležať pohodlne, najčastejšia je poloha v sede, polosede - Fowlerova zvýšená poloha (liečebnú polohu stále aktívne obnovujeme).



- **Hygiena** - čistá, dobre ustlaná posteľ, pravidelná výmena osobnej a postelnej bielizne, osobná hygiena, kúpanie, umývanie vlasov, strihanie nechťov, umývanie rúk vždy po použití podložnej misy.
- **Výživa** - strava má mať nižšiu energetickú hodnotu, obsahovať má dostatok bielkovín, vitamínov, dbáme na kultúru stolovania, dodržiavame pitný režim.
- **Vyprázdňovanie** - ťažkosti spôsobuje strata pohyblivosti, dbáme na pravidelné vyprázdňovanie, zápcha: podávanie minerálnych vôd, ktoré majú prehánavý účinok, v strave nemá chýbať ovocie, zelenina.

Téma č. 22/26

POSTEĽOVÁ OPATROVATEĽSKÁ JEDNOTKA

- a) druhy opatrovateľských jednotiek
- b) materiálne vybavenie

a) druhy opatrovateľských jednotiek

Opatrovateľská jednotka je základná, funkčná, stavebná a organizačná zložka lôžkových zariadení pre klientov.

Opatrovateľskú jednotku tvoria:

- izby pre klientov,
- zariadenia, ktoré ich dopĺňajú,
- vyšetrovňa klientov, kuchynka, jedáleň,
- denná miestnosť, hygienické zariadenia, sklady.

Poznáme dva/tri typy opatrovateľskej jednotky:

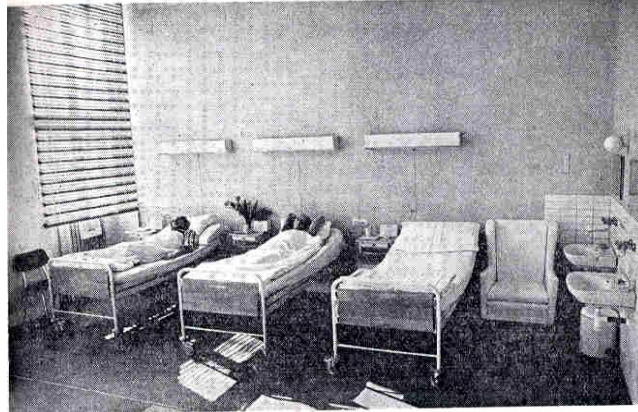
- jednostranná opatrovateľská jednotka,
- obojstranná opatrovateľská jednotka,
- sálová opatrovateľská jednotka.

b) materiálne vybavenie

Závisí od odborného zamerania opatrovateľskej jednotky. Je tu písací stôl, inštrumentačné stolíky, skrinky s pomôckami, osvetľovacie teleso, umývadlo, vyšetrovací stôl.

Vybavenie sanitárneho boxu: čistá bielizeň, zásoba ošetrovateľských pomôcok, zdravotníckeho materiálu.

Vybavenie izby pre klientov: postele pre klientov, nočné stolíky, stoličky, stolíky, skrine, umývadlá s tečúcou vodou.



Téma č. 23/26

FYZIOLOGICKÉ FUNKCIE ORGANIZMU

- a) fyziologické funkcie - druhy
 - b) jednotlivé fyziologické funkcie - popis
-

a) fyziologické funkcie - druhy

- telesná teplota
- pulz
- dych
- krvný tlak
- vyprázdňovanie močového mechúra a hrubého červa

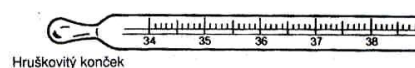
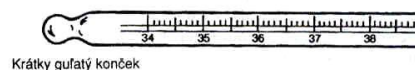
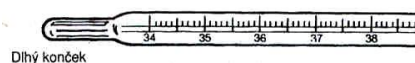
b) jednotlivé fyziologické funkcie - popis

- *telesná teplota (TT)*
Správna výška telesnej teploty je dôležitým prejavom zdravého človeka. Jej zvýšenie alebo zníženie je prejavom ochorenia.

TT: normálna	36° - 36,9° C
zvýšená	37° - 37,9° C
horúčka	nad 38° C
subnormálna	pod 36° C

Zdravý človek si udržiava normálnu teplotu pomocou termoregulácie. Telesná teplota počas dňa kolíše. Najnižšia je medzi 2.- 6. hod. ráno, najvyššia je medzi 17.- 20. hod. večer.

Teplotu môže ovplyvniť vek, telesná aktivita, hormonálna činnosť, stres, vonkajšie prostredie.



- **pulz - tep (P)**

Pulz vzniká nárazom krvného prúdu na pružnú stenu tepny. Môžeme ho merať na každej tepne, ktorá prebieha pod povrchom kože a môže sa pritlačiť na kosť: vretená, spánková, krčnica, stehnová, zákolenná, píšťalová.

Pri meraní pulzu sledujeme rýchlosť (zrýchlený, spomalený), pravidelnosť (pravidelný, nepravidelný), kvalitu (normálny, nitkovitý, tvrdý, mäkký). Dospelý človek má 70 - 80 pulzov za minútu.

- **dych**

Dýchanie je výmena plynov medzi vonkajším a vnútorným prostredím organizmu.

Vonkajšie dýchanie - výmena kyslíka a kysličníka uhličitého medzi vonkajším prostredím a krvou v pľúcnych mechúrikoch.

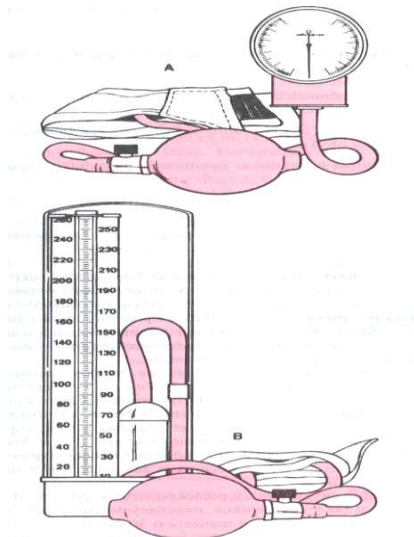
Transport dýchacích plynov – krvou.

Vnútorné dýchanie - výmena kyslíka a kysličníka uhličitého medzi krvou a tkanivami.

- **krvný tlak (TK)**

Krv prúdi v cievach pod určitým tlakom. U zdravého dospelého človeka je TK 120/80 torr (mmHg), pričom hodnota 120 torr je systolický tlak krvi a hodnota 80 torr je diastolický tlak krvi.

Krvný tlak sa meria tlakomerom. Tlak krvi ovplyvňuje vek, pohlavie, telesná námaha, hmotnosť človeka, emócie, vnútorné ochorenia orgánov.



Obr. 18-21 Krvný tlakomer
A - aneroidný manometer a manžeta
B - ortuťový manometer a manžeta

- **vyprázdňovanie močového mechúra a hrubého čreva**

Močenie je vyprázdňovanie močového mechúra. Zdravý človek vylučuje moč 4 až 6x za 24 hodín. Na moči sledujeme množstvo, farbu, zápach a hustotu.

K udržiavaniu dobrého zdravotného stavu človeka prispieva aj pravidelné vyprázdňovanie hrubého čreva. Stolica je odpadový produkt nestráviteľných zvyškov potravy a vody. Pri vylučovaní stolice sledujeme množstvo, pravidelnosť, konzistenciu, farbu a zápach stolice.

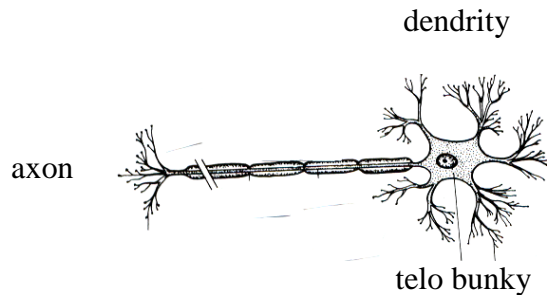
Téma č. 24/26

NERVOVÁ SÚSTAVA

- a) stavba
 - b) význam
-

a) stavba

Základnou jednotkou nervovej sústavy je nervová bunka - neurón. Tvoria ju vlastné telo a výbežky – dendrity a axon.



Najzložitejší orgán nervovej sústavy a ľudského tela je mozog, ktorý je uložený v lebečnej dutine. Skladá sa z týchto častí: predný mozog, medzimozog, stredný mozog, zadný mozog (most a mozoček) a predĺžená miecha. Na povrchu predného mozgu je mozgová kôra, v ktorej sa tvoria myšlienky. Je centrom duševnej činnosti.

Predĺžená miecha pokračuje ďalej v miechovom kanáliku chrbtice ako miecha, z ktorej vychádzajú miechové nervy. Týmito nervami prichádzajú správy z celého tela do mozgu a naopak z mozgu do miechy.

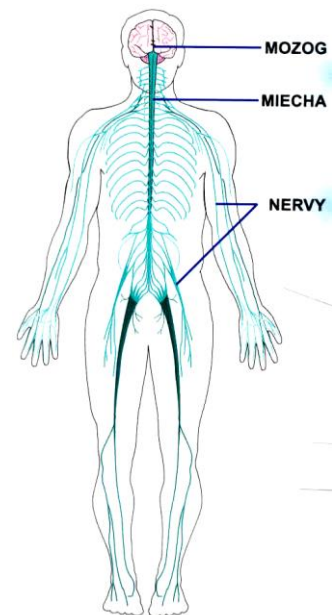
b) význam

Mozog je orgán, ktorý kontroluje všetky činnosti organizmu. Prijíma správy z vonkajšieho aj vnútorného prostredia a odpovedá na ne.

Človek sa odlišuje od zvierat myslením, rečou a zložitými duševnými pochodmi.

Naša schopnosť myslieť je predpokladom pre to, že vieme hovoriť, písať, počítať, vynaliezať a vytvárať umelecké diela.

Vďaka nášmu mozgu si vieme uvedomovať a môžeme ovplyvňovať svet, v ktorom žijeme.



Téma č. 25/26

ŽIVOT OHROZUJÚCE STAVY

- a) stavy ohrozujúce človeka na živote - bezvedomie
 - b) kardio – pulmonálna resuscitácia KPR
-

a) stavy ohrozujúce človeka na živote

Akútne stavy ohrozujúce človeka na živote - ŽOS ky:

Ž – život

O – ohrozujúce

S – stavy

- Patrí sem:
1. zastavenie krvného obehu
 2. zastavenie dýchania
 3. bezvedomie
 4. vonkajšie krvácanie
 5. šok

Bezvedomie:

Príznaky: postihnutý nereaguje na oslovenie ani na bolestivé podnety (napr. uštipnutie).

Prvá pomoc: zistiť životné funkcie → dýchanie a činnosť srdca:

- dýchanie → počúvať a pozorovať hrudník (10sekúnd),
- ak postihnutý dýcha → uložíme ho do stabilizovanej polohy na boku,
- dôležité je, aby mal postihnutý priechodné dýchacie cesty (pozor na zapadnutý jazyk, je potrebný záklon hlavy),
- záklon hlavy postihnutého okrem priechodnosti dýchacích ciest zabezpečí aj to, že sa nezačne dusiť obsahom žalúdka (zvratkami),
- ak postihnutý nedýcha, okamžite začneme s KPR(kardio pulmonálnu resuscitáciu),
- volať 155/112.

b) kardio – pulmonálna resuscitácia (KPR)

Vykonávame ju pri zastavení činnosti srdca a pľúc (nedýcha) = nepracujú životne dôležité orgány.

Prvá pomoc – ako poskytovať KPR:

- oživovať (resuscitovať) srdce (kardio) a pľúca (pulmo),
- nepriama masáž srdca, stláčanie hrudníka v strede hrudnej kosti,
- umelé dýchanie: z úst do úst postihnutého, alebo z úst do úst a nosa postihnutého (využíva sa u malých detí),
- frekvencia stlačení hrudníka a umelého dýchania je 30 : 2 (30-krát stlačiť hrudník a následne 2 vdychy),
- v KPR záchranca pokračuje do príchodu RZP.

Téma č. 26/26

VYPRÁZDŇOVANIE MOČOVÉHO MECHÚRA A HRUBÉHO ČREVA

a) poruchy vyprázdňovanie močového mechúra

b) poruchy vyprázdňovanie hrubého čreva

a) poruchy vyprázdňovania močového mechúra

Močenie je vyprázdňovanie močového mechúra.

Normálna funkcia močového mechúra – klient močí spontánne.

Pri vyprázdňovaní - močení sledujeme farbu, množstvo, zápach a hustotu moču.

Poruchy močenia:

- zastavenie močenia (retencia)

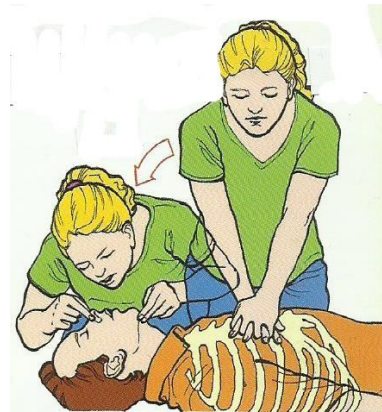
Moč sa zadržuje v močovom mechúre, klient sa nemôže vymočiť.

Táto porucha vzniká po operáciách, úrazoch a pod. Snažíme sa obnoviť spontánne močenie: opláknutie genitálií teplou vodou, teplý obklad na podbruško, pustenie vody - reflex.

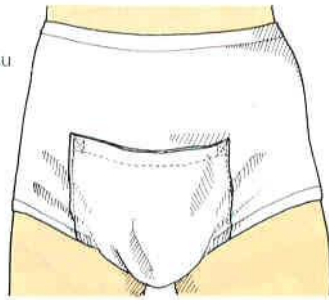
- samovoľné vyprázdňovanie močového mechúra (inkontinencia)

Klient nie je schopný regulovať močenie, moč uniká samovoľne.

Zavádza sa trvalá cievka, klienta udržujeme v suchu.



nohavičky
pre pacienta
s inkontinenciou



b) poruchy vyprázdňovania hrubého čreva

- **hnačka**
Vzniká pri podaní niektorých liekov ako chyba po diéte, príznak choroby.
- **samovoľný odchod stolice (inkontinencia stolice)**
Stolica odchádza samovoľne. Klienta udržujeme v čistote a v suchej posteli. Vždy ho dôkladne umyjeme, osušíme, ošetríme krémami.
- **zápcha (obstipácia)**
Príčinou je spomalená peristaltika čriev, nedostatočný pohyb klienta, neprirodzená poloha v ľahu pri stolici, nesprávna strava.

U klientov sledujeme aj odchod plynov, zadržiavanie plynov v črevách (meteorizmus). Vyvoláva nepríjemný pocit nadúvania, bolesť. Klientovi meníme polohu, prípadne použijeme rektálnu rúrku.

B: Témy praktické (1 – 12):

Téma č. 1/12

Starostlivosť o posteľ klienta a príprava jednoduchého obväzového materiálu

- pomôcky
- pracovný postup
- BOZP

Pomôcky: čistá posteľná bielizeň – veľká plachta, krížna plachta, gumená podložka, jednorazová podložka, obliečka na vankúš a prikrývku, 2 farebne odlišné vedrá, 2 malé handričky, nádoba s uchom, gumené rukavice, odmerné valce rôznej veľkosti, dezinfekčný prostriedok napr. Jodonal, saponátový čistiaci prostriedok, práškový čistiaci prostriedok, emitná miska, igelitové vrece, štvorce hydrofilového mulu.

Pracovný postup: Všetky pomôcky si pripravíme na vozík. Dezinfekčný roztok si pripravíme v sanitárnom boxe tak, že si vypočítame pomer dezinfekčného prostriedku a vody.

Pripravíme si **2 000 ml 2% O Jodonalu**

100%	2 000 ml	2 000
1%	20 ml	- 40
2%	40 ml Jodonalu	1 960 ml vody

Pomocou nádoby s uchom a odmerných valcov si do vedra odmeriame 1 960 ml vody. Na ruky si dáme rukavice a v odmerných valcoch odmeriame 40 ml Jodonalu a vylejeme ho do vedra s vodou. Vo vedre teraz máme 2 000 ml 2% O Jodonalu. Rukavice si necháme na rukách a vozík, na ktorom máme posteľnú bielizeň, 1vedro s dezinfekčným roztokom, 1 vedro s vodou, 2 handričky, saponátový čistiaci prostriedok, práškový čistiaci prostriedok, emitnú misku, igelitové vrece, odtlačíme do izby. K nohám postele si pripravíme igelitové

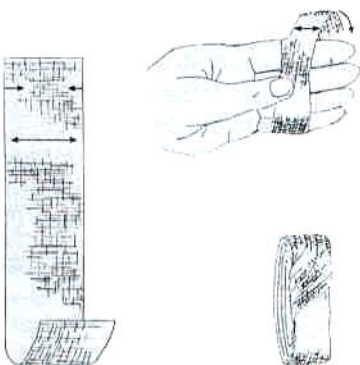
vreca na špinavú bielizeň a k dolnému čelu postele pristavíme stoličku. Vyzlečíeme vankúš, prikrývku, bielizeň dáme do vreca, vankúš a prikrývku odložíme na stoličku. Z matracu zhrnieme veľkú plachtu a podložky a vložíme do vreca. Matrac potiahnutý bavlnenou látkou dáme vyvetrať na balkón, alebo do okna, ak to nie je možné, vetráme ho na posteli v tvare písmena H. Matrac potiahnutý umývateľnou látkou umyjeme a vydezinfikujeme spolu s posteľou. Do vedra s čistou vodou pridáme saponátový čistiaci prostriedok a posteľ handričkou umyjeme.

Postupujeme od dolného čela, základ postele, horné čelo, základ postele z druhej strany a umyjeme aj nočný stolík. Ak je to potrebné, počas umývania na hrubšie nečistoty použijeme práškový čistiaci prostriedok. Po umytí posteľ vydezinfikujeme. Vymeníme si handričku a vezmeme si vedro s dezinfekčným roztokom. Pri dezinfekcii postupujeme tak, ako pri umývaní postele, dezinfekčný roztok necháme na posteli a nočnom stolíku uschnúť. Z rúk si dáme dole rukavice a odložíme ich do emitnej misky.

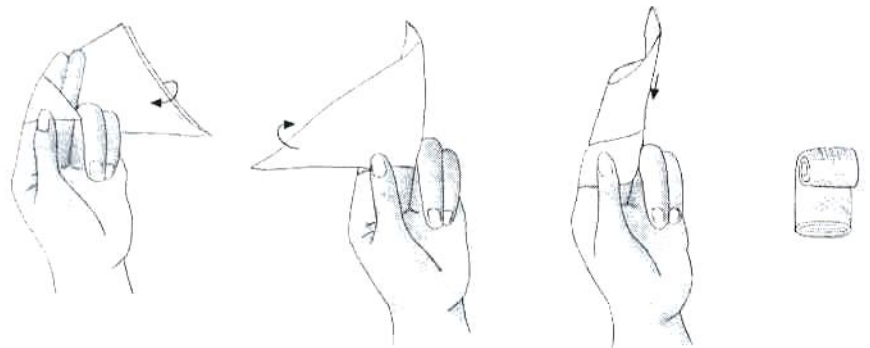
Posteľ oblečíme v tomto poradí: matrac, veľkú plachtu, gumovú podložku, krížnu plachtu zastelieme pod matrac najprv pri hornom čele postele, potom pri dolnom a na záver po bokoch postele. Na miesto gumovej podložky a krížnej plachty môžeme použiť jednorazovú podložku, tú pod matrac nezastielame. Oblečíme prikrývku a vankúš, posteľ ustelieme. Pod teplou tečúcou vodou umyjeme z nočného stolíka tácku, pohár a liekovku. Odložíme stoličku, všetky veci naložíme na vozík a odvezieme do sanitárneho boxu, kde všetky pomôcky umyjeme a uložíme na svoje miesto.

BOZP: Počas celého výkonu dodržiavame BOZP pri práci s čistiacimi a dezinfekčnými prostriedkami.

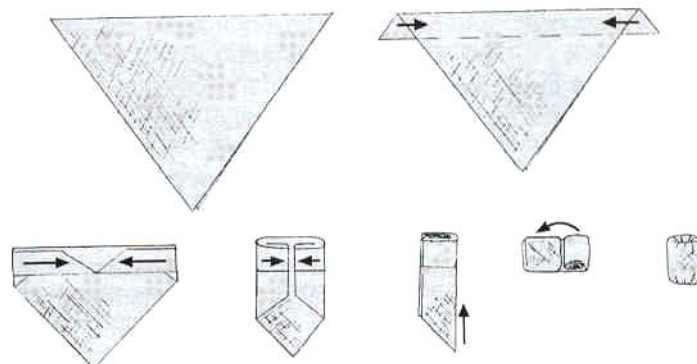
Prácou opatrovateľského personálu je aj príprava jednoduchého obväzového materiálu - tampónov, štvorcov a longiet, ktoré sa skladajú z nastrihaných štvorcov hydrofilového mulu. Pri práci používame ochranné pracovné pomôcky.



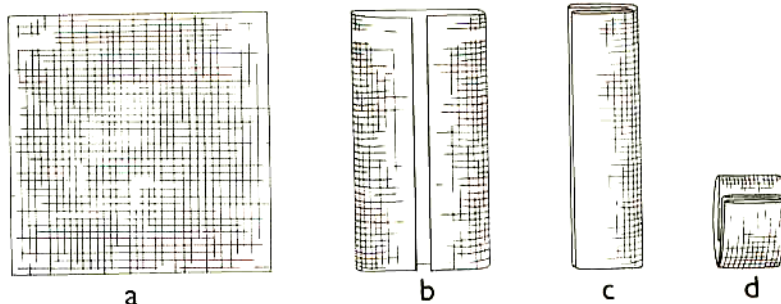
Obr. 9. Pracovný postup prípravy longety



Obr. 11. Zhotovenie mulového tampónu (model č. 1)



Obr. 12. Zhotovenie mulového tampónu (model č. 2)



Obr. 1. Skladanie mulového štvorca

Téma č. 2/12

Hygienická starostlivosť o ležiaceho klienta – ranná toaleta

- pomôcky
- pracovný postup
- BOZP

Pomôcky: 3 emitné misky, 3 štvorce hydrofilového mulu, 3 väčšie chumáče vaty, 2 uteráky,

2 jednorazové podložky, gumené rukavice, pohár s rúrkou na pitie, zubná kefka a pasta, umývadlo, mydlo, detský olej, masážny gél, nádoba s uchom alebo irigátor, prikrytá podložná misa, hrebeň, čistá posteľná a osobná bielizeň, igelitové vrece.

Pracovný postup: Všetky pomôcky si pripravíme na vozík. Klienta informujeme o výkone, ktorý ideme robiť. Vozík s pomôckami si pristavíme k posteli tak, aby sme ho mali po ruke. K dolnému čelu postele si pristavíme stoličku a k nohám postele igelitové vrece. Na ruky si dáme gumené rukavice, pacientovi vezmeme z pod hlavy vankúš a odložíme ho na stoličku. Pod hlavu klientovi podložíme uterák a obrátíme ho na bok, smerom k sebe. Do voľnej ruky mu vložíme zubnú kefku s pastou, pod bradou mu pridržame emitnú misku, klient si umyje zuby sám. Použité pomôcky odložíme do emitnej misky, klientovi utrieme ústa a otočíme ho na chrbát. Do umývadla naberieme teplú vodu, teplotu vody si klient môže vyskúšať. Vyzlečíme mu pyžamový kabátik a pokračujeme v toalete. Umyjeme tvár čistým štvorcem hydrofilového mulu bez mydla, utrieme.

Ďalej umývame mydlom uši a krk, oplákneme a utrieme. Preložíme uterák a pokračujeme v umývaní hrudníka a brucha. Všimame si kožu v pupočnej jazve a pod prsníkmi, kde sa môžu silnejším ľudom tvoriť spareniny, ošetríme ich chumáčom vaty a detským olejom. Preložíme uterák a pokračujeme v umývaní horných končatín, všimame si podpazušie, kde sa môžu vytvoriť spareniny, ktoré ošetríme chumáčom vaty a detským olejom. Klienta otočíme na bok smerom k sebe, pozdĺž chrbta podložíme uterák a klientovi umyjeme chrbát. Všimame si kožu na chrbte, či sa na nej nezačínajú tvoriť preležaniny. Ako prevenciu proti preležaninám urobíme krúživými pohybmi masáž chrbta masážnym gélom. Klientovi oblečíme čistý pyžamový kabátik. Vymeníme si umývací štvorec, vodu v umývadle a uterák na utieranie. Použité uteráky dáme do igelitového vreca.

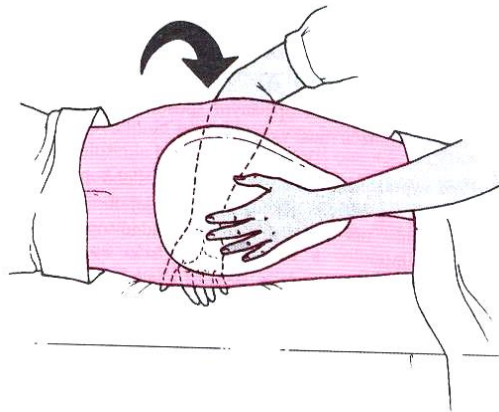
Z postele odložíme prikryvku a klientovi vyzlečíme pyžamové nohavice. Obrátíme ho na bok smerom k sebe a pozdĺž zadku podložíme jednorazovú podložku. Na zadok priložíme podložnú misu a spolu s ňou klienta obrátíme na chrbát. Pomocou nádoby s uchom klientovi oplákneme genitál a namydleným štvorcem hydrofilového mulu genitál umyjeme - postupujeme od lonovej spony smerom ku konečníku. Genitál oplákneme pomocou nádoby s uchom, z pod klienta vyberieme podložnú misu a genitál dôkladne utrieme. Všimame si kožu v slabinách, kde sa môžu vytvoriť spareniny, ktoré ošetríme chumáčom vaty a detským olejom. Klienta otočíme na bok a dôkladne utrieme zadok a masážnym gélom namasírujeme oblasť krížovej kosti ako prevenciu pred preležaninami. Z postele

dáme preč jednorazovú podložku, ktorá chránila posteľ pred premočením. Klienta obrátíme na chrbát a oblečíeme čisté pyžamové nohavice. Upravíme plachtu pod základ postele a ak je potrebné, môžeme prezliecť znečistenú časť postele alebo aj celú. Klientovi vrátime do postele prikrývku a vankúš.

Na záver rannej toalety klienta učešeme. Opýtame sa klienta, či sa mu pohodlne leží a odložíme od postele stoličku a igelitové vrece. Vozík s pomôckami odtlačíme do sanitárneho boxu, kde všetky pomôcky, ktoré sme používali umyjeme, vydezinfikujeme a uložíme na určené miesto.

BOZP: Počas celého výkonu sa s klientom rozprávame a dodržiavame BOZP, pri práci používame ochranné pomôcky.

obr. otáčanie klienta s podložnou misou



Téma č. 3/12

Úprava postele s ležiacim klientom výmena plachty po dĺžke postele

- pomôcky
- pracovný postup
- BOZP

Pomôcky: čistá posteľná bielizeň – veľká plachta, gumová podložka, križna plachta, jednorazová podložka, obliečky na prikrývku a vankúš, igelitové vrece na špinavú bielizeň, gumené rukavice, emitná miska.

Pracovný postup: Všetky pomôcky si pripravíme na vozík.

Výmena plachty **po dĺžke postele** - klienta **môžeme otočiť na bok**. klienta informujeme o výkone. K nohám postele si pripravíme igelitové vrece a k dolnému čelu postele pristavíme stoličku. Pripravíme - zrolujeme čistú plachtu a na ruky si natiahneme rukavice. Z postele odložíme na stoličku prikrývku a vankúš. Špinavú plachtu uvoľníme z pod matraca, klienta obrátíme na bok - smerom k sebe tak, že mu prekrížime ruky na bruchu a vzdialenejšiu nohu mu prekrížime cez nohu bližšiu k nám, klienta chytíme za vzdialenejšie plece a bok a obrátíme ho smerom k sebe. Klient sa pridrža základu postele. Špinavú plachtu z uvoľnenej polovice postele zhrnieme smerom k klientovi a na uvoľnenú polovicu postele vystrieme čistú pripravenú plachtu. Klienta obrátíme na chrbát a potom na druhý bok - smerom od seba tak, že mu prekrížime ruky na bruchu, bližšiu nohu prekrížime cez vzdialenejšiu, chytíme ho za bližšie plece a bok a obrátíme ho na čistú plachtu.

Špinavú plachtu zhrnieme a dáme ju do vreca. Čistú plachtu vystrieme na uvoľnený matrac a klienta otočíme na chrbát. Plachtu zastelieme pod matrac - najprv pri hlave a potom pri nohách klienta. Pripravíme si podložky - gumovú podložku a križnu plachtu, pod klienta ich môžeme dať dvoma spôsobmi.

Prvý spôsob – klienta obrátíme na bok, *druhý spôsob* – vsunieme ich pod klienta tak, že mu pomôžeme nadvihnúť panvu. Podložky spolu s plachtou zastelieme pod matrac aj po bokoch postele. Ak miesto podložiek použijeme jednorazovú podložku, tú pod matrac nezastelieme, postup podloženia podložky je taký istý ako pri podkladaní krížnej plachty. Klientovi vrátíme vankúš a prikrývku – ktoré, prezlečíme do čistej posteľnej bielizne. Opýtame sa klienta, či sa mu pohodlne leží. Použité rukavice odložíme do emitnej misky a odložíme stoličku.

BOZP: Počas celého výkonu sa s klientom rozprávame a dodržiavame BOZP, pri práci používame ochranné pomôcky.



Téma č. 4/12

Starostlivosť o inkontinentného klienta - prebalovanie

- pomôcky
- pracovný postup
- BOZP

Pomôcky: čistá posteľná bielizeň – veľká plachta, krížna plachta, gumová podložka, obliečka na vankúš a prikrývku, čisté pyžamo, plienkové nohavičky, 2 jednorazové podložky, 2 igelitové vrecia – farebne odlišné, gumené rukavice, masážny gél, Menalind ochranný olejový spray väčšie množstvo štvorcov buničitej vaty a Menalind čistiaca pena.

Pracovný postup: Všetky pomôcky si pripravíme na vozík. Klienta informujeme o výkone, ktorý ideme robiť. K nohám postele si pripravíme igelitové vrecia a k dolnému čelu pristavíme stoličku.

Pripravíme – zrolujeme si čistú plachtu a na ruky si dáme rukavice. Vyzlečíme prikrývku, špinavú obliečku vložíme do vreca a prikrývku dáme na stoličku.

Odložíme aj vankúš, ak je potrebné, tiež ho vyzlečíme. Plachtu a podložky uvoľníme z pod základu postele, klienta vyzlečíme a obrátíme ho na bok smerom k sebe. Čistou časťou plachty zakryjeme znečistenú plachtu a zhrnieme ju smerom ku klientovi. Štvorcami buničitej vaty pozotierame hrubú nečistotu z polovice zadku, použité štvorce hádzame do druhého igelitového vreca. Polovicu zadku očistíme čistiacou penou a do sucha utrieme. Na uvoľnenú polovicu postele vystríme plachtu čistú, klienta otočíme na chrbát a na druhý bok, smerom od seba. Špinavú plachtu zhrnieme z matraca a vložíme ju do vreca na špinavú bielizeň. Čistú plachtu vystríme na celý matrac a pozdĺž zadku klienta položíme jednorazovú podložku. S vozíkom s pomôckami prejdeme na druhú stranu postele. Štvorcami buničitej vaty pozotierame hrubú nečistotu aj z druhej polovice zadku, očistíme čistiacou penou a do sucha utrieme. Klienta otočíme na chrbát a čistiacou penou a štvorcami buničitej vaty dočistíme klientovi okolie gentálu. Na oblasť slabín nanesieme ochranný olejový spray – ošetrovanie sparenín. Klienta obrátíme na bok smerom k sebe, utrieme zadok a krížovú oblasť

ošetríme masážnym gélom ako prevenciu pred preležaním. Z postele dáme preč jednorazovú podložku a klientovi dáme plienku alebo plienkové nohavičky. Oblečíme čisté pyžamo. Z rúk si môžeme dať dole gumené rukavice. Plachtu zastelieme pod matrac najprv pri hlave, potom pri nohách a na koniec po bokoch postele. Do postele zastelieme gumovú podložku a krížnu plachtu alebo jednorazovú podložku, aby chránili veľkú plachtu pred ďalším znečistením. Klientovi do postele vrátíme vankúš a prikrývku, ktoré sme obliekli do čistej bielizne. Opýtame sa klienta, či sa mu pohodlne leží. Odložíme stoličku a všetky pomôcky naložíme na vozík. V sanitárnom boxe pomôcky upravíme na svoje miesto.

BOZP: Počas celého výkonu sa s klientom rozprávame a dodržiavame BOZP, používame pri práci ochranné pomôcky.



Téma č. 5/12

Celkový kúpeľ klienta na posteli

- pomôcky
- pracovný postup
- BOZP

Pomôcky: 3 emitné misky, 3 štvorce hydrofilového mulu, 3 väčšie chumáče vaty, 3 uteráky, 2 jednorazové podložky, gumené rukavice, umývadlo, mydlo, detský olej, masážny gél, nádoba s uchom alebo irigátor, podložná misa, hrebeň, čistá posteľná bielizeň, čistá osobná bielizeň, igelitové vrece.

Pracovný postup: Všetky pomôcky si pripravíme na vozík. Klienta informujeme o výkone, ktorý ideme robiť. Vozík s pomôckami si pristavíme k posteli tak, aby sme ho mali po ruke. K dolnému čelu postele si pristavíme stoličku a k nohám postele igelitové vrece, na ruky si dáme gumené rukavice. Klientovi vezmeme z pod hlavy vankúš a odložíme ho na stoličku. Pod hlavu klientovi podložíme uterák. Do umývadla naberieme teplú vodu, klient si môže teplotu vody aj vyskúšať.

Vyzlečieme pyžamový kabátik, umyjeme klientovi tvár čistým štvorcem hydrofilového mulu bez mydla a utrieme do sucha. Ďalej umývame s mydlom uši a krk, oplákneme a utrieme. Preložíme uterák a pokračujeme v umývaní hrudníka a brucha. Všimame si kožu v pupočnej jazve a pod prsníkmi, kde sa môžu silnejším ľudom tvoriť spareniny, ošetríme ich chumáčom vaty a detským olejom. Preložíme uterák a pokračujeme v umývaní horných končatín, všimame si podpazušie, kde sa môžu vytvoriť spareniny, ktoré ošetríme detským olejom a chumáčom vaty. Klienta otočíme na bok smerom k sebe a pozdĺž chrbta podložíme uterák a klientovi umyjeme chrbát.



Všimame si kožu na chrbte, či sa na nej nezačínajú tvoriť preležaniny, ako prevenciu proti preležaninám urobíme krúživými pohybmi masáž

chrbta masážnym gélom. Klientovi oblečieme čistý pyžamový kabátik. Vymeníme si umývací štvorec, vodu v umývadle a uterák. Použitý uterák, ktorým sme klienta utierali dáme do igelitového vreca. Z postele odložíme prikrývku, klientovi vyzlečieme pyžamové nohavice. Pod nohu podložíme uterák a nohu umyjeme od chodidla smerom k slabinám. Rovnakým spôsobom umyjeme aj druhú nohu. Vymeníme si umývací štvorec, vodu v umývadle a uterák. Klienta obrátíme na bok smerom k sebe a pozdĺž zadku podložíme jednorazovú podložku, na zadok priložíme podložnú misu a spolu s ňou klienta obrátíme na chrbát. Pomocou nádoby s uchom klientovi oplákneme genitál a namydleným štvorcem hydrofilového mulu genitál umyjeme - postupujeme od lonovej spony smerom ku konečníku. Genitál oplákneme pomocou nádoby s uchom, z pod klienta vyberieme podložnú misu a genitál dôkladne utrieme, všimame si kožu v slabinách, kde sa môžu vytvoriť spareniny, ktoré ošetríme chumáčom vaty a detským olejom. Klienta otočíme na bok a dôkladne utrieme zadok, masážnym gélom namasírujeme oblasť križovej kosti ako prevenciu preležanín. Z postele dáme preč jednorazovú podložku, ktorá chránila posteľ pred premočením, klienta obrátíme na chrbát a oblečieme čisté pyžamové nohavice. Plachtu uvoľníme z pod matraca, klienta obrátíme na bok smerom k sebe a plachtu zhrnieme smerom ku klientovi. Na uvoľnenú polovicu postele prestrieme čistú pripravenú plachtu a klienta obrátíme na chrbát, potom na bok smerom od seba. Špinavú plachtu zhrnieme z matraca a dáme do igelitového vreca. Čistú plachtu vystrieme na matrac a klienta obrátíme na chrbát. Čistú plachtu zastelieme pod matrac najprv pri hlave a potom pri nohách klienta.

Plachtu zastelieme pod matrac aj po bokoch postele, pod klienta môžeme podložiť jednorazovú podložku, ktorá bude chrániť veľkú plachtu pred znečistením. Klientovi vrátíme do postele vankúš a prikrývku, posteľ upravíme a opýtame sa, či sa mu pohodlne leží.

Odložíme stoličku a všetky pomôcky odvezieme z izby preč. Pomôcky v sanitárnom boxe umyjeme, vydezinfikujeme a odložíme na miesto.

BOZP: Počas celého výkonu sa s klientom rozprávame a dodržiavame BOZP, používame pri práci ochranné pomôcky.

Téma č. 6/12

Hygienická starostlivosť o vlasy klienta umývanie vlasov na posteli

- pomôcky
- pracovný postup
- BOZP

Pomôcky: 2 vedrá, 1 veľká gumená podložka, 2 malé gumené podložky, 2 zvitky vaty, 1 emitná miska, 2 uteráky, šampón, hrebeň, gumené rukavice, sušič na vlasy, igelitové vreca, čistá posteľná bielizeň, čisté pyžamo, nožničky, prenosné nafukovacie umývadlo, oporný vankúš.

Pracovný postup: Všetky pomôcky si pripravíme na vozík.

Klienta informujeme o výkone. K nohám postele si pripravíme igelitové vreca a k dolnému čelu postele si pristavíme stoličku. Druhú stoličku si postavíme k boku postele, praváci k pravej ruke, ľaváci k ľavej ruke. Na stoličku dáme malú gumovú podložku a vedro s teplou vodou, druhú malú gumovú podložku položíme na zem a na ňu postavíme prázdne vedro.

Na ruky si dáme rukavice a z postele odložíme vankúš. Klienta posadíme a pomôžeme mu zosunúť sa k dolnému čelu postele. Na uvoľnenú časť postele prestrieme jednorazovú podložku a na ňu položíme prenosné nafukovacie umývadlo. Odtoková hadička z umývadla smeruje do prázdneho vedra na zemi. Na ramená klientovi položíme uterák. Do uší vložíme zvitky vaty a za chrbát klienta položíme oporný vankúš. Klient si ľahne na vankúš tak, že sa oň opiera ramenami a hlavu má mimo vankúša a hlavu má v nafukovacom umývadle. Nádobou s uchom klientovi namočíme vlasy, vodu si naberaeme z vedra na stoličke,

nanesieme šampón a vlasy našampónujeme. Vlasy oplákneme, oplakujeme, kým z vlasov nesteká čistá voda. Vodu z umývadla vypúšťame do prázdneho vedra na zemi. Keď z vlasov steká čistá voda, umývadlo vypustíme a vlasy zabalíme do uteráka. Klienta pomaly posadíme, vlasy osušíme uterákom, uterák odložíme do igelitového vreca. Z uší mu vyberieme zvitky vaty a odložíme do emitnej misky. Učesáme a usušíme sušičom na vlasy a klientovi vlasy upravíme. Všetky pomôcky z postele odložíme na vozík. Klientovi pomôžeme vysunúť sa na posteli, vrátíme prezlečený vankúš a upravíme posteľ. Opýtame sa klienta, či sa mu pohodlne leží. Počas umývania vlasov sa s klientom rozprávame, pracujeme rýchlo a účelne, lebo poloha, ktorú klient počas umývania vlasov na posteli zaujíma nie je pre neho pohodlná. Po výkone odložíme stoličky a všetky pomôcky ktoré sme používali v sanitárnom boxe umyjeme, vydezinfikujeme a uložíme na miesto.

BOZP: Počas celého výkonu sa s klientom rozprávame a dodržiavame BOZP, používame pri práci ochranné pomôcky.



Téma č. 7/12

Príprava a riedenie dezinfekčných prostriedkov, príprava obväzového materiálu

- pomôcky
- pracovný postup
- BOZP

Pomôcky: odmerné valce rôznej veľkosti, 1 veľká emitná miska, 1 malá emitná miska, nádoba s uchom, 2 farebne odlišné vedrá, 1 malá handrička, 1 malá kefka, dezinfekčný prostriedok napr. Jodonal, 2 páry gumených rukavíc, umývadlo, hračky, nástroje, 2 bavlnené podložky – plienky, saponátový čistiaci prostriedok, štvorce hydrofilového mulu.

Pracovný postup: Všetky pomôcky si pripravíme na stôl k umývadlu. Ako prvé budeme dezinfikovať **hračky**. Vypočítame si pomer dezinfekčného prostriedku a vody, pripravíme si **1 500 ml 3% O Jodonalu**

100%.....	1 500 ml	1 500
1%.....	15 ml	<u>- 45</u>
3%.....	45 ml Jodonalu	1 455 ml vody

Pomocou nádoby s uchom a odmerných valcov si do vedra odmeriame 1 455 ml vody, na ruky si dáme rukavice a v odmernom valci odmeriame 45 ml Jodonalu a vylejeme ho do odmeranej vody vo vedre - vo vedre budeme mať 1 500 ml 2 % O Jodonalu. Do druhého vedra napustíme teplú vodu. Vodu napustíme aj do umývadla a pridáme do nej saponátový čistiaci prostriedok. Hračky umyjeme v umývadle pomocou malej handričky. Po umytí ich vkladáme do vedra s pripraveným dezinfekčným roztokom. Hračky necháme vo vedre v dezinfekčnom roztoku expozičný čas - to je doba pôsobenia dezinfekčného roztoku na dezinfikovaný predmet, expozičný čas je 5 minút.

Po tomto čase hračky vložíme do vedra s čistou vodou, kde ich oplákneme. Opláknuté hračky ukladáme na bavlnenú podložku – plienku, kde ich necháme voľne uschnúť. Vylejeme vodu z vedra a umývadla, vylejeme aj dezinfekčný roztok, z rúk si dáme dole rukavice a odložíme ich do malej emitnej misky.

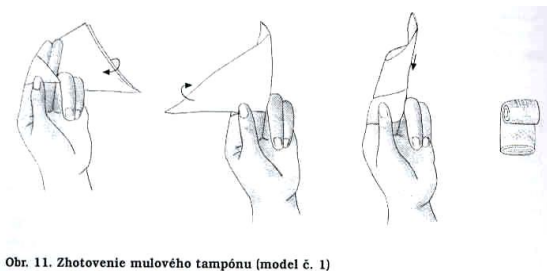
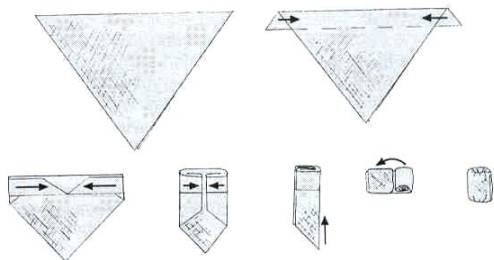
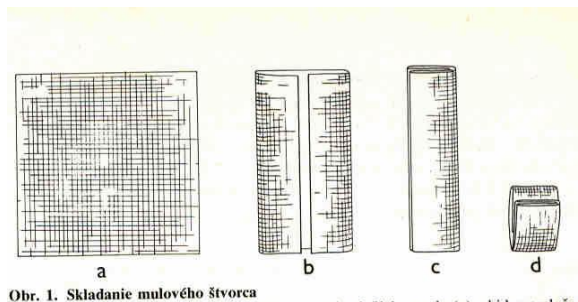
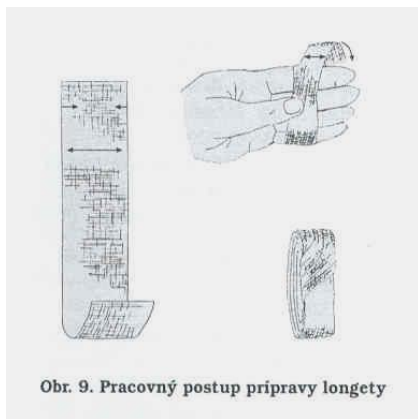
Na dezinfekciu **nástrojov** si pripravíme nový dezinfekčný roztok, vypočítame si pomer dezinfekčného prostriedku a vody, pripravíme si **400 ml 0,5% O Jodonalu**

100%.....	400 ml	400,0
1%.....	4 ml	- 2,0
0,5%.....	2 ml Jodonalu	398,0 ml vody

Pomocou odmerných valcov si odmeriame do veľkej emitnej misky 398 ml vody, na ruky si dáme rukavice, v malom odmernom valci odmeriame 2 ml Jodonalu a vylejeme ho do odmeranej vody v emitnej miske - v emitnej miske budeme mať 400 ml 0,5 % O Jodonalu. Do umývadla napustíme teplú vodu a pridáme saponátový čistiaci prostriedok a nástroje v umývadle umyjeme pomocou malej kefky, dôkladne umyjeme najmä pracovné plochy. Umyté nástroje vložíme do emitnej misky s dezinfekčným roztokom a necháme v dezinfekčnom roztoku 20 minút. Po uplynutí tohto času nástroje položíme na bavlnenú podložku – plienku, kde ich necháme voľne uschnúť. Nástroje sú pripravené na sterilizáciu. Po výkone umyjeme a uložíme všetky pomôcky, ktoré sme používali.

BOZP: Počas celého výkonu dodržiavame BOZP s dezinfekčnými a čistiacimi prostriedkami.

Prácou opatrovateľského personálu je aj príprava obväzového materiálu - skladanie tampónov, štvorcov a longiet. Pri práci používame pracovné ochranné pomôcky.



Téma č. 8/12

Podávanie jedla ležiacim klientom, príprava obväzového materiálu

- pomôcky
- pracovný postup
- BOZP

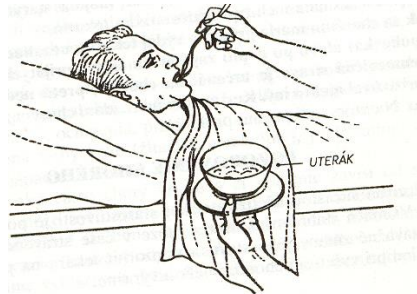
Pomôcky: na tácku si pripravíme pomôcky podľa toho, čo ideme podávať- raňajky, obed, alebo večeru: bavlnený obrúsok, kompletný príbor, pohár s rúrkou na pitie, obväzovú vatú, hydrofilový mul, nožnice.

Pracovný postup: Na oddelení podávame stravu klientom v tomto poradí: *prvým* chodiacim klientom, *druhým* ležiacim klientom, ktorí sa najedia sami, *tretím* ležiacim klientom, ktorých treba kŕmiť.

Chodiacich klientov posadíme k stolu v jedálni. Ležiaceho klienta na posteli posadíme, pod chrbtom mu upravíme vankúš a podperu, prisunieme k posteli jedálenský stolík. Ak nemáme stolík, položíme jedlo na nočný stolík. Pred jedením umožníme klientovi, aby si umyl ruky, ak má pacient umelý chrup, oplákneme ho pod tečúcou vodou a podáme ho klientovi. Pod bradu mu položíme obrúsok. Podľa potreby klientovi jedlo nakrájame. Keď klient dojedol, všetky zvyšky jedla odnesieme z izby preč. Klientovi umožníme umyť si ruky a vypláchnuť si ústa. Upravíme podperu za chrbtom klienta a celú posteľ.

Kŕmenie ležiacich klientov: jedlo im podávame na koniec, aby sme mali na nich dost' času. Oznamujeme klientovi, čo sa podáva. Ak má umelý chrup, tak mu ho vložíme po opláknutí do úst, zdvihne podperu a bielizeň prikryjeme bavlneným obrúskom. Umyjeme si ruky a posadíme sa na stoličku pri posteli. Polievku naberaíme lyžicou, počkáme, kým klient sústo prehltnie. Hlavné jedlo krájame, pripravíme na vidličku a opatrne vkladáme do úst. Pečivo a chlieb lámeme na malé kúsky, ktoré vkladáme klientovi do úst, ak nemôže žuť, lámeme pečivo do mlieka, alebo kávy.

Medzi jednotlivými hltmi môžeme dať klientovi napíť z pohára pomocou rúrky. V priebehu kŕmenia sa s klientom rozprávame a povzbudzujeme ho do jedla. Po najedení dáme klientovi vypláchnuť ústa a utrieme mu ich. Všetky zvyšky jedla z izby odnesieme.



BOZP: Počas celého výkonu sa s klientom rozprávame a dodržiavame BOZP, používame pri práci ochranné pomôcky.

Príprava obväzového materiálu: niektoré obväzové pomôcky sa vyrábajú už vo výrobných závodoch, niektoré si musí pripraviť opatrovateľský personál priamo na oddelení.

Téma č. 9/12

Základy obväzovej techniky - bandáž

- pomôcky
- pracovný postup
- BOZP

Pomôcky: na tácku si pripravíme elastické ovínadlá, leukoplast, emitnú misku, nožničky.

Pracovný postup: Obväzy zhotovujeme z obväzového materiálu, ktorý sa delí podľa toho, na čo slúži - na vlákny, látky stužujúce obväzy, postrekové obväzy, pomôcky spevňujúce

obväzy. Ovínadlové obväzy – ovínadlo je úzky pruh látky (hydrofilový mul) stočený do kotúča. Vyrába sa v šírke 3 až 30 cm, na ovínadle rozoznávame: stočenú časť – hlavu ovínadla a voľnú časť – telo (koniec) ovínadla. Pred oväzovaním si umyjeme ruky, prichystáme pomôcky, chorého pohodlne uložíme, po celý čas s ním udržiavame kontakt.

Šírku ovínadla určíme podľa obväzovanej časti tela, hlavu ovínadla vždy držíme v tej ruke, ktorou obväzujeme a odvíja sa proti palcu. Voľný koniec ovínadla držíme v druhej ruke. Všetky obviný vedieme určitým smerom, nasledujúci prekryva predchádzajúci z 2 tretín, obviný nepriťahujeme, ani neuvoľňujeme. Na konci aj na začiatku obväz spevníme kruhovým obvinom. Ovínadlo nastavujeme tak, že koniec nového obvinadla podložíme pod voľný koniec predchádzajúceho ovínadla a obvin ešte raz zopakujeme. Koniec mulového ovínadla ukončíme náplastou, alebo ovínadlo rozstrihneme a obidva konce zviažeme. Elastické ovínadlo prichytíme kovovými sponkami alebo zatváracím špendlíkom na vonkajšej strane končatiny.

Obväz dolnej končatiny – bandáž. Bandáž robíme klientom pred operáciou alebo klientom trpiacim na kŕčové žily – varixy. Bandáž robíme vždy ráno pred tým, ako klient vstane z postele, bandáž bráni nahromadeniu sa krvi v chorej žile. Robíme ju vždy elastickým ovínadlom. Obväzovať začíname na priehlavku kruhovým obvinom, klient si môže nohu položiť na predné čelo postele, ale tak, aby noha bola v prirodzenej polohe. Obviný vedieme tak, aby nový obvin prekryl predchádzajúci z 2 tretín, ak potrebujeme, ovínadlo si nastavíme. Bandáž ukončíme kruhovým obvinom až na stehne klienta, obväz zakončíme buď kovovými sponkami, alebo zatváracím špendlíkom.

BOZP: Počas celého výkonu sa s klientom rozprávame a dodržiavame BOZP, používame pri práci ochranné pomôcky.



Téma č. 10/12

Polohovanie klienta s použitím pomocných zariadení postele

- pomôcky
- pracovný postup
- BOZP

Pomôcky: pomocné zariadenia postele - debnička, hrazdička, pásy, valec pod kolená, vrecká s pieskom, bavlnená podložka, emitná miska, elastické ovínadlá, leukoplast, nožničky.

Pracovný postup: Klient trávi na posteli často niekoľko týždňov, mesiacov, preto je posteľ doplnená rozličnými pomôckami. Pomôcky do postele buď vkladáme, alebo ich k nej pristavujeme. Tieto pomôcky upravujú, alebo menia polohu klienta, uľahčujú mu pohyb na posteli, znižujú tlak na jednotlivé časti tela, zabezpečujú ho pred pádom z postele, zvyšujú pohodlie klienta, pomáhajú mu spojiť sa s opatrujúcim personálom.

Fowlerova poloha - poloha v sede, v polosede: použijeme pomôcky na úpravu polohy klienta - podperu, ktorá podpierá chrbát klienta, v novších typoch postelí slúži ako podpera podhlavný panel. Ak podpera nie je súčasťou postele, položíme ju na základ postele pod matrac, ak lekár nenariadi inak, upravujeme podperu podľa želania klienta. Podperu môžeme

použiť pri umývaní klienta v posteli, jedení, čítaní, písaní. Debnička sa vkladá k dolnému čelu postele pred nohy klienta, ktorý leží v zvýšenej polohe. Vždy, keď sa klient zosunie, oprie sa stupajami o debničku a vysunie sa do pôvodnej polohy. Debnička pomáha udržať nohy a predkolenie vo vhodnej polohe, pred nohy klienta dávame debničku čalúnenou stranou, navliekame ju do povlaku, alebo ju balíme do podložky. Hrazdička je zavesená na kovovom ramene, ktoré je pripevnené o horné čelo postele. Pomáha klientovi posadiť sa. Valec pod kolená sa dáva klientovi pod kolená, aby ich udržal v pokrčenej polohe, nenechávame ho v posteli nepretržite, lebo stláča podkolenné cievy. Valec môžeme nahradiť stočenou dekou. Do polohy v sede, v polosede, upravíme klienta tak, že klient má podperu v zvýšenej polohe, pod nohami má debničku, posteľ je vybavená hrazdičkou a pod kolená mu vložíme valec. Do tejto polohy ukladáme klientov s chorobami srdca, pľúc, po operáciách v hrudnej a brušnej dutine, klientov ohrozených zápalom pľúc a dlhodobo ležiacich klientov a starých ľudí.

Zoslabnutí klienti sa ľahko zosunú, takže poloha neplní svoj účel, lebo hrudník nie je zvýšený a pľúca zle ventilujú, dôležité je polohu klienta stále kontrolovať a opravovať. Správna poloha klienta na posteli zmierňuje bolesti, zabraňuje vzniku preležanín, klient lepšie dýcha a spí. Pri akejkoľvek zmene polohy klienta musíme získať klienta pre aktívnu spoluprácu. Posúvanie klienta - klient sa chytí hrazdičky, pokrčí obe dolné končatiny v kolenách, oprie sa pätami o podložku a vysunie sa. Ak na posteli nie je hrazdička, vsunieme jednu ruku klientovi pod chrbát, druhú pod pazuchu a klient za našej pomoci dokončí pohyb.

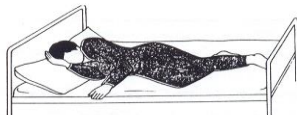
Obracanie klienta od seba - bližšiu hornú končatinu prekrížime cez telo a bližšiu dolnú končatinu cez vzdialenejšiu, jednu ruku vsunieme pod bližšie plece, druhú pod panvu a za aktívnej spolupráce klienta obrátíme na bok alebo brucho.

Obracanie klienta k sebe - horné končatiny prekrížime cez telo, vzdialenejšiu dolnú končatinu cez bližšiu, chytíme klienta za vzdialenejšie plece a bok a klienta obrátíme smerom k sebe. Prenášanie klienta - klienta prenášajú 2 až 3 opatrovatelky. Vozík alebo druhú posteľ postavíme blízko postele, ale v opačnom smere. Postavíme sa na vnútornú stranu postele, jedna podopiera hlavu a plecia, druhá chrbát a panvu, tretia nohy klienta. Klienta zdvihne, otočíme sa o 180° a šetrne položíme na vozík alebo posteľ. Na premiestnenie klienta používame aj pásy s pútkami. Pásy položíme klientovi pod plecia a panvu, postele prisunieme k sebe, postavíme sa k prisunutej posteli, natiahneme sa po ušká pásov a klienta opatrne pretiahneme na voľnú posteľ. Takýmto spôsobom môžeme klienta presunúť aj pomocou stočenej plachty a podložiek, alebo špeciálnej plachty z netkaného textilu.

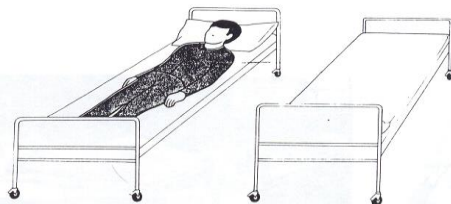
Bandáž dolnej končatiny robíme klientom pred operáciou alebo klientom s krčovými žilami. Bandáž robíme vždy ráno pred tým, ako klient vstane z postele. Bandáž bráni nahromadeniu sa krvi v chorej krčovej žile, robíme ju vždy elastickým ovínadlom. Obväzovať začíname vždy na priehlavku kruhovým obvinom. Klient si môže nohu voľne položiť na predné čelo postele, ale tak, aby noha bola v prirodzenej polohe. Obviny vedíme tak, aby nový obvin prekryl predchádzajúci z dvoch tretín. Ak potrebujeme, ovínadlo si nastavíme. Ukončíme kruhovým obvinom na stehne, zaistíme leukoplastom alebo zatváracím špendlíkom.

BOZP: Počas celého výkonu sa s klientom rozprávame a dodržiavame BOZP, používame pri práci ochranné pomôcky.

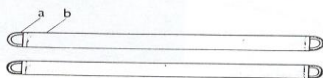
Obr. 72. Poloha chorého na boku



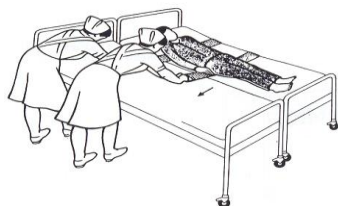
Obr. 76. Umiestenie postele pri prenášaní chorého



Obr. 77. Pásky na presunutie chorého na druhú posteľ
a – pevné pútko, b – pás z popruhu alebo niekoľkokrát zloženaj a prešítej látky



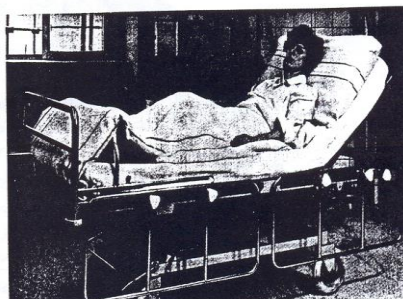
Obr. 78. Premiestňovanie chorého z jednej postele na druhú pomocou pásov



Obr. 79. Premiestňovanie chorého pomocou stočenej plachty



Obr. 64. Použitie hrazdičky pri posadzovaní na posteli



Obr. 20. Fowlerova poloha

Obr. 73. Obracanie nehybného chorého



Obr. 74. Zabezpečenie nehybného chorého v polohe na boku



Obr. 75. Schéma obracania chorého smerom k sebe



Téma č. 11/12

Hygienická starostlivosť o ležiaceho klienta – holenie klienta

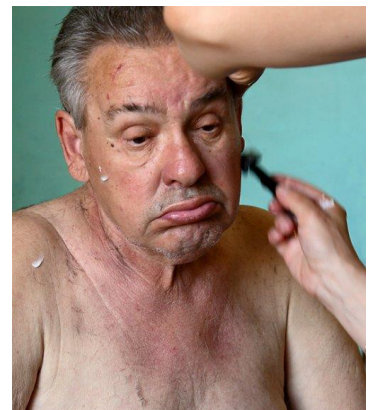
- pomôcky
- pracovný postup
- BOZP

Pomôcky: holiaci prostriedok (pena, gél, mydlo), žiletka, holiaci strojček, umývadlo s vodou, balzam, voda po holení, uterák, jednorazová podložka emitná miska, froté vrecúško, gumené rukavice, oblička na vankúš, igelitové vreco

Pracovný postup: Všetky pomôcky si pripravíme na vozík. Klienta informujeme o výkone, ktorý ideme robiť. Vozík s pomôckami si pristavíme k posteli tak, aby sme ho mali po ruke.

Na ruky si dáme rukavice. Klienta si dáme do pohodlnej polohy, najvhodnejšia poloha je v sede - polosede, keď klientovi za chrbtom zdvihneme podperu. Za chrbát klientovi dáme jednorazovú podložku, ktorá bude chrániť posteľ pred zamočením. Pod bradu mu podložíme uterák. Časť tváre ktorú chceme oholiť navlhčíme teplou vodou, pomocou froté vrecúška, pre rozšírenie pórov a zmäkčenie pokožky. Aplikujeme holiaci prostriedok, podľa želania klienta, ktorý krúživými pohybmi napeníme. Chĺpky odstraňujeme zrezávaním z povrchu pokožky smerom od pravej spánkovej oblasti cez líce nad hornú a potom pod dolnú peru. Zvrásnenú pokožku pri holení natiahneme. Postup zopakujeme aj na ľavej strane. Klienta vyzveme, aby mierne zaklonil hlavu a holiaci strojček (žiletku) vedieme smerom od krku k brade. Oholené miesta dôkladne umyjeme čistou teplou vodou, osušíme a ošetríme vodou po holení, ktorú do pokožky jemne vklepeme končekmi prstov. Ak je potrebné klientovi prelečieme vankúš, upravíme jeho polohu na posteli do vhodnej polohy. Opýtame sa klienta či sa mu pohodlne leží. Všetky pomôcky ktoré sme používali odnesieme do sanitárneho boxu, kde ich umyjeme vydezinfikujeme a uložíme na svoje miesto. Klientom pred rôznymi zákrokmi, alebo operáciou sa holí tzv. operačné pole – príprava klienta na operáciu. Operačné pole je časť tela na ktorej sa bude realizovať liečebný alebo diagnostický výkon. Príprava sa zakladá na odstránení nečistoty a ochlpenia v širokom rozsahu. Postup pri holení je taký istý ako pri holení tváre klienta, akurát sa po holení nenanáša voda po holení

BOZP: Počas celého výkonu sa s klientom rozprávame a dodržiavame BOZP, pri práci používame ochranné pomôcky.



Téma č. 12/12

Hygienická starostlivosť o batola

- pomôcky
- pracovný postup
- BOZP

Pomôcky: detská vanička, teplomer do vody, froté vrecúško, detské mydlo, vatové tyčinky,

štvorčeky buničitej vaty, Bórová voda, emitná miska, malé nožničky, hrebeň alebo kefka na vlasy, ochranný krém na zadoček, osuška, bavlnená podložka, plienky a plienkové nohavičky, čistá osobná bielizeň, igelitové vrece.

Pracovný postup: Pomôcky si pripravíme na prebaľovací stôl tak, aby sme ich mali po ruke. Na zem k prebaľovaciemu stolu si pripravíme igelitové vrece. Teplota v miestnosti má byť 22°C, na prebaľovací stôl prestrieme bavlnenú podložku a osušku. Do vaničky pripravíme vodu teplú 37°C, teplotu skontrolujeme teplomerom, na vaničku si k ruke pripravíme mydlo a froté vrecúško.

Dieťa vyzlečieme v postielke alebo na prebaľovacom stole, správne chytíme a to tak, aby predlaktie ľavej ruky malo dieťa pod chrbtom a hlavou a pravou rukou držíme dieťaťu stehno a zadok – ľaváci naopak. Dieťa o seba neopierame. Pomaly ho vložíme do vaničky s vodou, stále mu podopierame chrbát a hlavu. Oplakujeme dieťa opatrne vodou a stále sa mu milo prihovárime. Čistým namočeným froté vrecúškom bez mydla umyjeme dieťaťu tvár a oči, froté vrecúško namydlieme a dôkladne umyjeme krk, uši a vlasatú časť hlavy, dobre oplákneme. Ďalej umývame ruky, hrudník, bruško a nožičky. Dieťa opatrne obrátíme na bruško alebo bok a umyjeme chrbátik, nôžky a zadoček, opatrne prevrátíme na chrbátik a umyjeme mu genitál od lonovej spony smerom ku konečníku, dôkladne poumývame kožné záhyby. Dieťa pooplakujeme a preniesieme na prebaľovací stôl, kde ho zabalíme do osušky, jemne do sucha mu poutierame pokožku, väčšiu pozornosť venujeme kožným záhybom na stehnách a v okolí genitálu.

Ešte zabalenému dieťaťu ošetríme oči štvorčkami buničitej vaty namočenými v Bórovej vode, vatovými tyčinkami vyčistíme dieťaťu nos a vonkajší zvukovod, osušku dáme do igelitového vreca a dieťaťu oblečieme košielku. Zadoček dieťaťa položíme na plienky a okolie genitálu ošetríme ochranným krémom proti spareninám, zabalíme do plienok. Podľa potreby dieťaťu ostriháme nechty na rukách do oblúčika, na nohách dorovna a oblečieme dupačky. Hrebeňom alebo kefkou dieťaťu učešeme vlásy a uložíme ho do postielky. Počas celého výkonu sa dieťaťu milo prihovárime, dbáme na bezpečnosť dieťa, nesmieme ho ani na chvíľu nechať samé bez dozoru. Po výkone umyjeme a vydezinfikujeme všetky pomôcky a uložíme ich na svoje miesto.

BOZP: Počas celého výkonu sa dieťaťu prihovárime a dodržiavame BOZP, pri práci používame ochranné pomôcky.





kúpanie batol'at'a