

A Feladatokra a választ ersekagnes008@gmail.com e-mail címre (mely nem változott) kérem.

21. hét 04.19-04.23.Mentálhigiéne

Oktató: Érsek Ágnes

Feladat: Másold le a tételeket!!

15. Érdeklődjön a gondozott folyadék beviteléről. Állapítsa meg, hogy megfelelő mennyiséget fogyasztott-e. Készítsen számára napi folyadék tervet számára. Lásza el a lakó körüli napi ápolási teendőket!

Információtartalom vázlata

- A szervezet folyadék és elektrolit háztartása
- Napi javasolt folyadék bevitel
- Fokozott folyadék szükséglet okai
- Vizelet ürítés ellenőrzése
- Vizelet mérése
- Inkontinencia urinae okai
-

Eszközök előkészítése a gyakorlati feladat elvégzéséhez:

* folyadéklap

A szervezet folyadék és elektrolit háztartása

Szervezetünk vízből, szénhidrátokból, zsírokból, fehérjékből és különböző ásványi anyagokból épül fel. Testtömegünknek kb. 60%- a víz, amely két folyadéktérben helyezkedik el.

1. Intracelluláris tér (sejten belüli): a sejtekben lévő folyadék
2. Extracelluláris tér (sejten kívüli): a, sejt közötti folyadék
b, vérplazma

A szervezet folyadékegyensúlyához az szükséges, hogy e három térben a folyadék százalékos aránya bizonyos határok között állandó maradjon, és a szervezet összes folyadéktartalma is azonos maradjon. A folyadékterek arány a következő:

- Intracelluláris folyadék a testtömeg 40%-a
- Sejtköztői folyadék a testtömeg 16%-a
- Vérplazma a testtömeg 4%-a

Az elektrolyt olyan vegyület, amely oldatban elektromos töltésű atomokra (ionokra) esik szét. Ásványi anyagok oldott formában. Egyik legfontosabb elektrolyt a Na Cl (konyhasó).

Napi javasolt folyadék bevitel

1,5-2 liter/nap

Fokozott folyadék szükséglet okai

Hasmenés, hányás, láz, kevés folyadék felvétel, fokozott fizikai tevékenység, nagy meleg

Vizelet ürítés ellenőrzése

A vizeletürítés gyakoriságát, módját (fájdalmas), színét, szagát, mennyiségét figyeljük meg. Testcsík segítségével: cukor, fehérje, genny tartalmát.

Vizelet mérése

Katéteres betegnél a vizeletgyűjtő zsák beosztása szerint,

Ágytálba, kacsába vizelőknél: mérőpohárral lemérni (a kacsá mércézett)

Inkontinencia betétes gondozottnál: a betét lemérése használat előtt és után

Szükség esetén a vizelet fajsúlyát mérőhenger és fajsúlymérő segítségével.

Inkontinentia urinae okai

A hólyagizomzat gyengesége, hólyagfertőzés, kp.-i idegrendszer betegségei pl. Alzheimer-kór, demencia...

18. Végezze el az ágyneműcserét kiültethető gondozottjánál. Segítsen a felkelésben és ültesse ki karosszékre! Lásd el a lakó körüli napi ápolási teendőket!

Információtartalom vázlata

- Az ágyazás szabályai
- Tiszta textília tárolása
- A szennyes textília kezelése, tárolása
- Ágyneműcsere gyakorisága fekvő lakónál
- Tájékoztadjon a lakó jelenlegi egészségi állapotáról

Eszközök előkészítése a gyakorlati feladat elvégzéséhez:

*ágyazó kocsi

*lepedő

*gumilepedő

*harántlepedő

*párnahuzat

*gumikesztyű

*szennyes ledobó

*badella a gumilepedőnek

*fertőtlenítőszer

*törlőkendő

Az ágyazás szabályai

- Az ágyneműt cserélni kell minden betegnél hetente egyszer
- Minden távozó beteg után
- Mindannyiszor, ahányszor szennyeződik
- A szennyes ágynemű nem keveredhet a tiszta textíliákkal
- A szennyes ágyneműt nem fogjuk magunkhoz
- A szennyes ágyneműt egyből a szennyes tartóba tesszük
- Még a tiszta ágyneműt sem tesszük a szomszéd lakó (beteg) ágyára
- A szennyes ágyneműt az erre kijelölt helyen tároljuk a mosatásig
- Váladékkal, vérrel szennyezett ágyneműt csak gumikesztyűt használva végezzük

Tiszta textilía tárolása

Külön erre a célra szolgáló polcos szekrényben, vagy raktárban tároljuk. A polcokon legyen feltüntetve, hogy milyen textilíák helye? (lepedő, paplan...)

Soha nem keveredhet a tiszta textilíákkal, még ágyazás közben sem. A megfelelő számú textilíát biztosítani kell a zökkenőmentes ellátáshoz.

A szennyes textilía kezelése, tárolása

A szennyes ágyneműt a lehuzatolás után egyből a szennyes tartóba helyezzük. Nem keveredhet a tiszta textilíával. Amennyiben az intézményben történik a mosatás, minél előbb eljuttatjuk a mosodába. Ha külső cég végzi a mosást, darabra leszámolva az előírás szerint tárolva juttatjuk el. A szennyes ágyneműt mindig olyan helyen tároljuk, ahol nem okozhat fertőzést. Fedeles szennyes tartót használjunk.

Ágyneműcsere gyakorisága fekvő lakónál

Fekvő gondozottnál naponta teljes ágyneműcserét kell végezni. Ez általában a fürdetés után történik. Szükség esetén részleges ágyneműcserét végzünk, ha szennyeződik.

Tájékozódjon a lakó jelenlegi egészségi állapotáról

Az 1. tételben említett beteg megfigyelés és a lakótól szerzett információk alapján referáljon a lakó jelenlegi egészségi állapotáról!

20. Lásza el a lakó égési sérülését! Lásza el a lakó körüli napi ápolási teendőket!

Információtartalom vázlata

- Az égés fokozatai és jellemzői
- Az égési sérülés ellátásának szabályai
- Az égés szövödményei
- Időskori balesetek hajlamosító tényezői
- Megelőzés
- Mentőhívás

Eszközök előkészítése a gyakorlati feladat elvégzéséhez:

- * hidegvíz (kancsóban, vagy csapból)
- * lehetőség szerint „alutex” égési lepedő, vagy kötszer
- * steril géz
- * gézpólya

Az égés fokozatai és jellemzői

Mélység alapján:

I. fokú égés: bőrpír, fájdalom

II. fokú égés: égési hólyagok (bulla)

III. fokú égés: a bőr felső rétege teljesen elpusztul, égési seb keletkezik

IV. fokú égés: az alsóbb szövetek is károsodnak, elszenesedés jellemzi

Kiterjedés alapján:

A „9-es szabály” alkalmazása. A testet 11, egyenként 9%-os részre osztjuk fel. 1%-os területet a gát tájéka képezi. E szerint:

fej	9%
mellkas és hasfal elől	2x9%
hát	2x9%
két felső végtag	2x9%
két alsó végtag	2x2x9%
gáttájék	<u>1%</u>
11x9% + 1% = 100%	

Az égési sérülés ellátásának szabályai

Azonnal kezdjük meg az égett testfelszín hűtését, lehetőleg hideg folyóvízzel, vagy sűrűn cserélt hideg borogatással. A hűtés legalább 10-15percig tartson. Ha eszméleténél van a sérült pótoljunk folyadékot. Sterilen fedjük a lehűtött, égett testrészt.

Az égés szövődményei

- Shock: a keringő vértérfogat csökkenése és a fájdalom miatt.
- Fertőzés

Időskori balesetek hajlamosító tényezői

Csökken a koncentráció képesség, romlik a mozgáskoordináció, gyakoriak az elesések. Gyengül a fizikai aktivitás.

Magára ránthatja a forró ételt, vagy folyadékot, ráeshet a kályhára...

Megelőzés

Ha szükséges csak felügyelet mellett engedjük a forró folyadék, vagy tárgyak közelébe. Csúszásmentes padozatot biztosítsunk, szőnyegek nélkül. Szereljünk fel kapaszkodót több helyre. Melegítésre inkább a mikrohullámú sütőt részesítsük előnyben, a nyílt lánggal szemben.

Mentőhívás

- telefonszám: 104 (ingyenesen hívható)
- bemutatkozás
- a baleset rövid lényegre törő leírása
- helyszín pontos megnevezése
- sérültek száma
- sérültek állapota
- megkezdett ellátás

A telefonhívást a mentőszolgálat diszpécser szakítja meg!