

# Қарттардағы жеке бас гигиенасы



**Ауыз  
қуысының  
күтімі**

**Науқасты  
жуындыру**

**Көз күтімі**

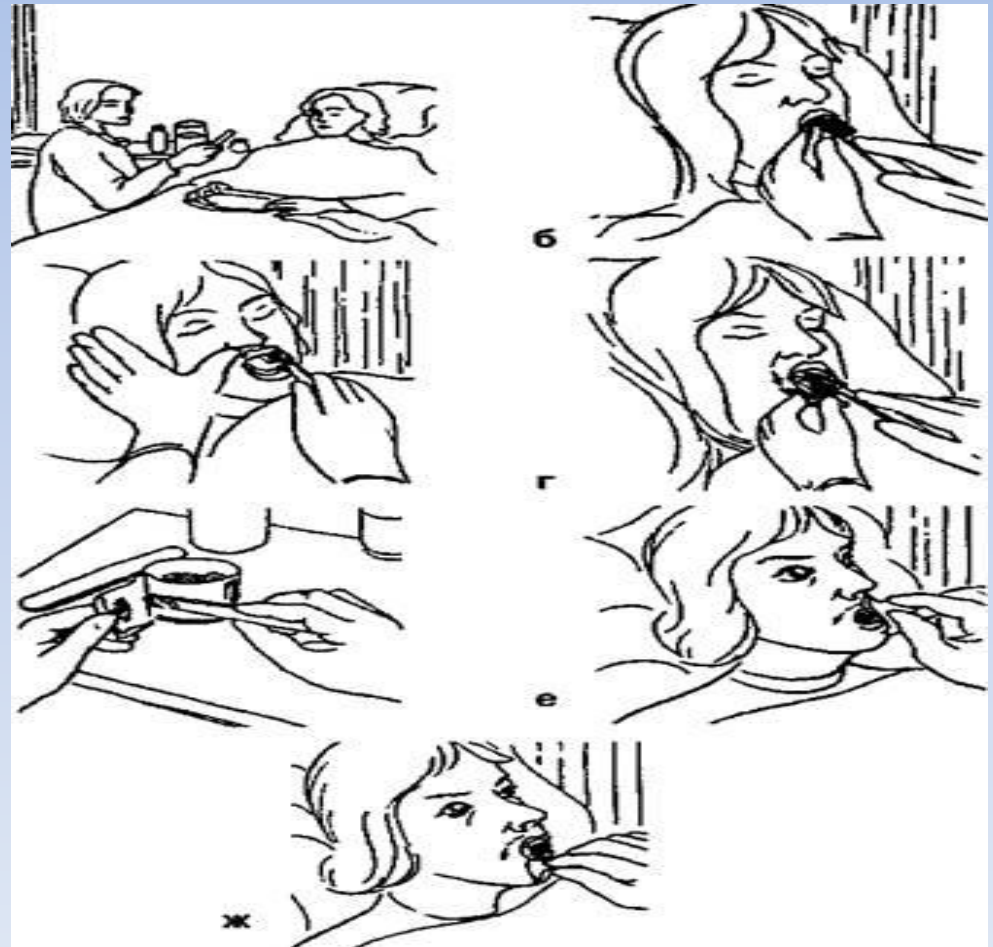
**Мұрын  
қуысының  
күтімі**

**Құлақ  
күтімі**

## Ауыз қуысының күтімі

**Мақсаты:** ауыз қуысында қабыну және шіру процестерінің алдын алу.

**Әзірле:** стерильденген: лотоктар, екі пинцет, салфеткілер, алмұрт тәрізді баллон немесе Жане шприці, мензурка, вазелин, антисептикалық ерітінді флаконы / фурациллин ерітіндісі 1:5000/ , 1% бриллиант жасылы, сүлгі, су құйылған стакан, пайдаланылған материалдар үшін лоток, залалсыздандыру ерітіндісі құйылған ыдыс.



Кезеңдері	Ескерту
<i>Процедураға дайындық</i>	
<p>Егер пациенттің ақыл есі бар болып , бірақ өздігінен қимыл жасай алмаса:</p> <p>1.күніне екі рет тісін тазалау, әрбір тамақ қабылдаған соң ауыз қуысын шаю.</p>	<p>Пациент бұл шараларға белсенді түрде қатысуы тиіс.</p>
<p>2. Мензуркаға антисептикалық ерітіндіні құю.</p>	<p>Ауыр жағдайдағы пациенттің ауыз қуысын күніне екі рет тазалау және тісін антисептикалық ерітіндімен тазалау.</p>
<p>3. Пациентке басын бір қырына бұруға көмектесу, мойнын, кеудесін клеенкамен, сүлгімен жабу, иегінің астына лоток қою.</p>	<p>Пациенттің басы медбикеге қарай бұрылады. Пациенттің лотокты ұстауын сұрау.</p>
<p>4. Пациенттен тістерін қарыстыруын сұрау.</p>	<p>Егер пациенттің салмалы тістері болса, алып тастау.</p>
<p>5. Шпателмен пациенттің ұртын сыртқа қарай тартып, антисептикалық ерітіндіге батырылған дәке домалақшалары оралған пинцетпен әрбір тістің сырт жағынан қызыл иектен бастап тазалау.</p>	<p>Тазалауды азу тістен бастап резецке қарай тазалау, екінші жағын да осы реттілікпен, дәке домалақшаларын ауыстыра отырып, тазалау.</p>
<p>6. Пациенттен аузын ашуын сұрау.</p>	
<p>7. әрбір тісті қызыл иектен бастап, ішкі жағынан азу тістен бастап тазалау.</p>	<p>Алдыңғы реттілікпен дәке домалақшаларын ауыстыра отырып, тазалау.</p>
<p>8. Антисептикалық ерітіндіге батырылған дәке домалақшаларын ауыстыру.</p>	

<p>9. Ауыр жағдайдағы пациенттің тілін тазалау:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Сол қолға стерильденген дәке салфетканы алып, тілдің ұшынан ұстап, ауыз қуысынан сыртқа шығару;</li> <li>- Стерильденген шпательге стерильденген салфетканы орап, антисептикалық ерітіндімен ылғалдап алу;</li> <li>- Осы шпательмен тілді дақты қабықшалардан тілдің ұшынан түбіріне қарай бағытта тазарту.</li> </ul>	<p>Тілді тіс щеткасының көмегімен тазалауға болады.</p>
<p>10. Пациенттің ауыз қуысын шайып бүрку, немесе шаюына көмектесу.</p>	
<p>11. Салфетка оралған стерильді пинцетті алу.</p>	
<p>12. Таңдайды, ұрттың ішкі жағын, қызыл иекті, тілдің астын тазалау.</p>	<p>Салфетка сілекейге немесе шырышқа оралса қажет болған жағдайда оны ауыстырып отыру.</p>
<p>13. Пинцетті лотокқа тастау.</p>	<p>Пайдаланылған материалдарға арналған лоток.</p>
<p>14. Пациенттің аузын шаюына көмектесу, немесе алмұрт тәрізді баллонмен аузын бүркіп шаю;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- шпательмен ауыздың бұрышын сыртқа тартып, кезекпен сол жағын, сонан соң оң жақ ұрттық арт жағын ерітіндімен аз мөлшердегі екпінмен жуу.</li> </ul>	<p>Ауыр науқастардың иегінің астына лотокты ұстап тұру, қажет болса иекті құрғатып сүрту.</p>
<p><b><i>Процедураның аяқталуы.</i></b></p>	
<p>1. Ауыздың айналасын құрғақ салфеткамен сүрту, ерінге вазелин майын жағу.</p>	<p>Егер еріннің жарылуы байқалса, 1% бриллиант жасылымен өңдеу.</p>
<p>2. Егер тіс протезі болса, оны тазалау, пациенттің қайта киуіне көмектесу.</p>	<p>Тіс протездерін тіс щеткасымен және пастасымен раковинаның үстіне тазарту. Тіс протезін су құйылған стаканға толық батырып сақтауға болады.</p>
<p>3. Инструменттерді және дәке салфеткаларды залалсыздандыру, медициналық қолғаптарды шешіп, залалсыздандыру ерітіндісіне салу.</p>	<p>Залалсыздандыру бұйрыққа сәйкес жүргізіледі.</p>

## Алмалы - салмалы тіс протездеріне күтім жасау

**Мақсаты:** алмалы- салмалы тіс протездерін пайдалануда қызыл иектің және ауыз қуысының шырышты қабаттарының қабынуларының алдын алу.

**Әзірле:** ауыз қуысының күтіміне қажетті заттар сияқты, және арнайы протездерді алу үшін салфеткалар, үлкен салфетка, протездер үшін ыдыс, тіс щеткасы, паста, бүйрек тәрізді лоток, қағаз салфетка, қолғаптарды дезинфекциялау үшін ыдыс.

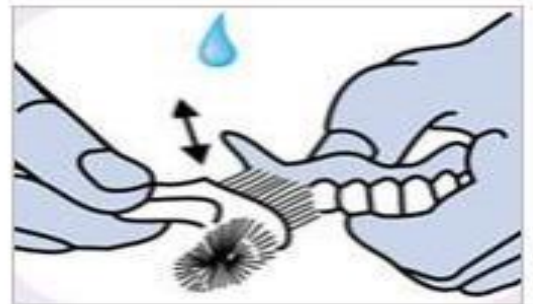
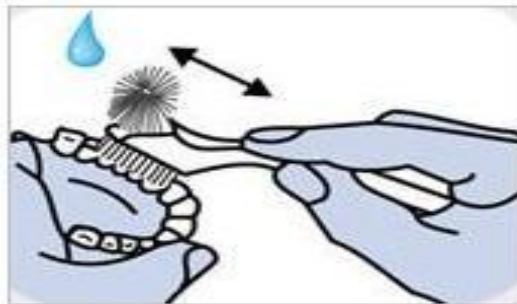
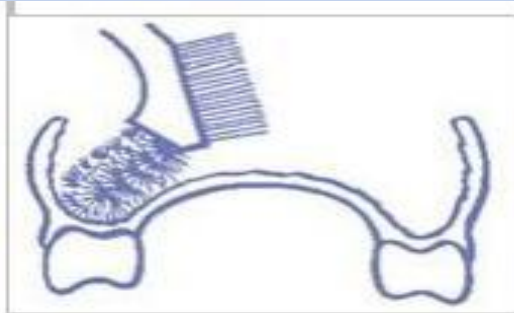
**Міндетті жағдай:** әрбір ауыз қуысына күтім жасаған кезде жүргізіледі.

### Процедураның орындалуы:

- Тіс протездері салынған ыдысты раковинаға тіс щеткасы, паста, үлкен салфетка, сүлгімен қоса апару.
- Үлкен салфетканы раковинаның үстіне қою.
- Қағаз салфетканы пайдалана отырып, су кранын ашу.
- Салқын сумен тіс щеткасын ылғалдау, тіс протездерін раковинаның үстіне ұстап , өзіңе қарай бағытта әбден тазала.
- Ағынды сумен тіс протездерін шаю.
- Тіс протездеріне арналған ыдысты шаю.
- Протезді ыдысқа салу.

**Ескерту:** түнгі уақытта протездерді ыдыста қалдыру.

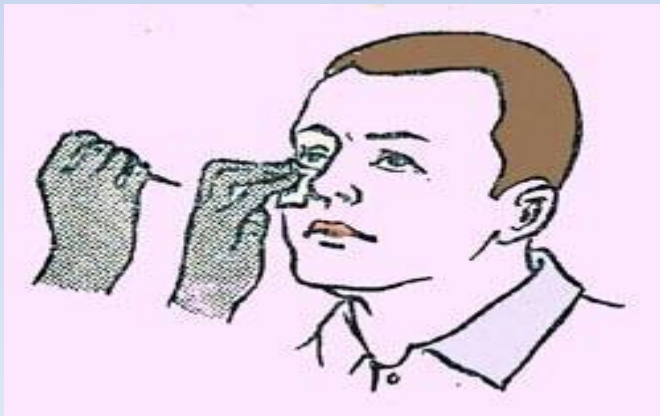
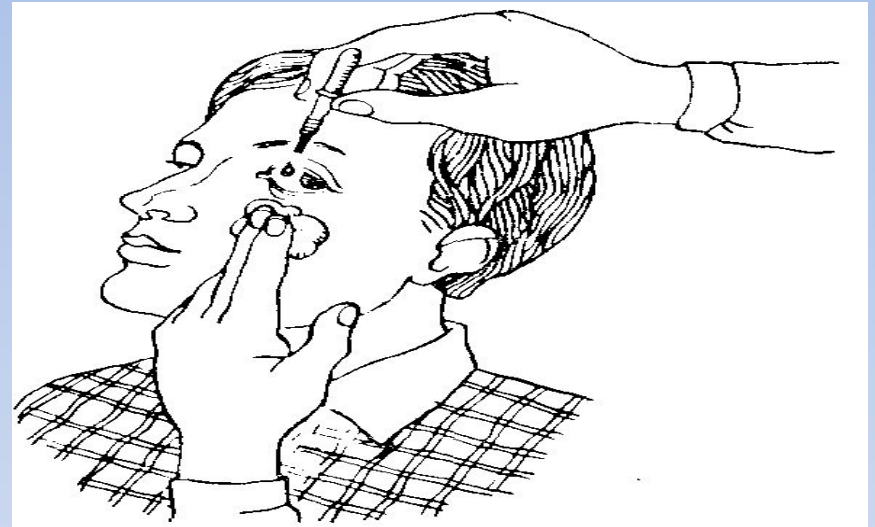
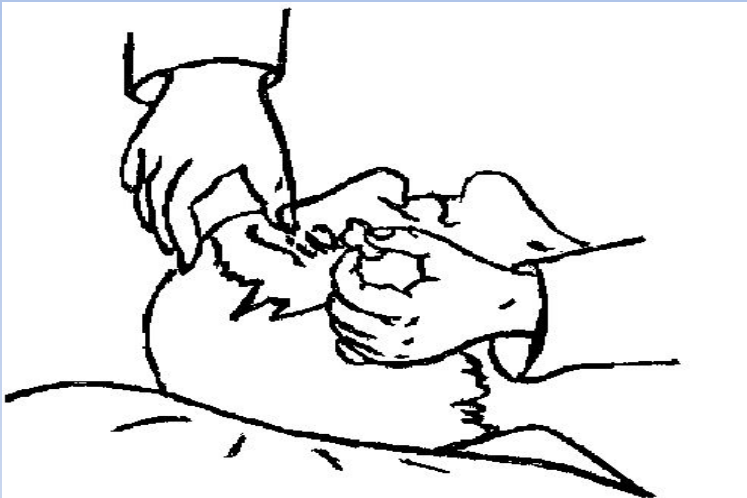




## Көз күтімі

**Көрсетілімі:** пациенттің ауыр жағдайы.

**Әзірле:** / стерильденген/ : лоток, пинцет, дәке домалақшалары, көзді жууға арналған арнайы банкілер, фурациллин 1: 2000 ерітіндісі, вазелин майы, мензуркалар, физиологиялық ерітінді, пипеткілер, қолғап, дезинфекциялық ерітінді құйылған ыдыс.





### Процедураның орындалуы

1. Домалақшаны оң қолға алып, бір қабақты көздің сыртқы бұрышынан ішіне қарай бағытта сүрту.	Іріңді қабықшалардың жұмсаруы және ажыратылуы қамтамасыз етіледі.
2. Осы бағытта қабақты құрғақ домалақшамен сүрту.	Ажыратылған қабықшалардың алынуы қамтамасыз етіледі.
3. Домалақшаны фурациллин ерітіндісімен ылғалдап, жоғарыдағыдай бағытта және сол тәсілмен қабақты сүрту.	Көздің антисептикалық ерітіндімен өңделуі қамтамасыз етіледі.
4. Әртүрлі домалақшалармен сүртуді 4-5 рет қайталау.	Инфекциялық қауіпсіздік ережелері сақталады.
5. Егер көздің бұрышында іріңді бөлінділер болса: а/ конъюктивиялды қапшықты физиологиялық ерітіндімен қабақты сол қолдың сұқ және бас бармағымен аша отырып жуу, ал оң қолмен конъюктивиялды қапшықты пипетканың көмегімен бүркіп жуу; б/ осы бағытта қабақты құрғақ домалақшалармен сүрту; в/ екінші көзді де осы тәсілмен тазалау.	Конъюктивиялды қапшықтың өңделуі қамтамасыз етіледі.

## Мұрынның күтімі

Ауыр жағдайдағы науқастың мұрнының шырышты қабатында көп мөлшерде шырыштар және шаң- тозаңдар жиналып қалады, ол науқастың мұрнымен демалуын қиындатып, жағдайын нашарлатады. Әлсіз науқастар өз бетінше мұрын қуысын тазарта алмайды, күнделікті мейірбике пайда болған қабыршақтарды алып тастап отыруы қажет.

**Мақсаты:** мұрын арқылы дем алудың бұзылуының алдын алу.

**Көрсетілімі:** науқастың ауыр жағдайы, мұрыннан бөлінетін бөлінділердің болуы.

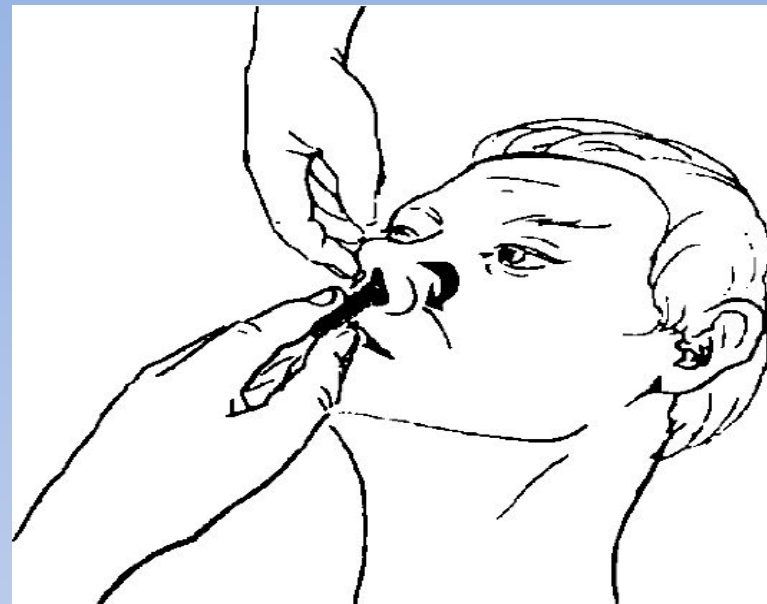
**Әзірле:** / стерильденген/ : лоток, мензурка, пинцет, вазелин майы, мақта турундалары, қолғап, дезинфекциялық ерітінді құйылған ыдыс.

**Міндетті шарт:** үшкір заттарды қолданбау қажет.



### *Процедураның орындалуы*

1. Турунданы оң қолға ауыстырып, науқастың мұрнының ұшын сол қолмен көтеріп, айналмалы қозғалыспен мұрын қуысына 1-3 минут бойы енгізу.	Мұрын қуысындағы қабыршақтардың жұмсаруы қамтамасыз етіледі.
2. Мұрын қуысы жолдарынан турунданы айналмалы қозғалыспен шығарып алу.	Мұрын қуысы жолдарындағы қабыршақтар алынуы қамтамасыз етіледі.
3. Осы тәсілмен екінші мұрын қуысы жолдарын өңдеп тазалау.	



## Құлақтың күтімі

Сыртқы есту жолдарынан сарғыш- қоңыр түсті бөлінді бөлінеді. Ол құлақтың есту қабілетінің кемуіне әкеліп соқтырады. Сау құлақтың күтімі уақытылы сабынды жылы сумен жуу арқылы іске асырылады.

Сыртқы есту жолдарын ешқандай жағдайда үшкір заттар арқылы тазартуға болмайды. Үшкір заттарды пайдалану құлақ жарғағын зақымдауы мүмкін.

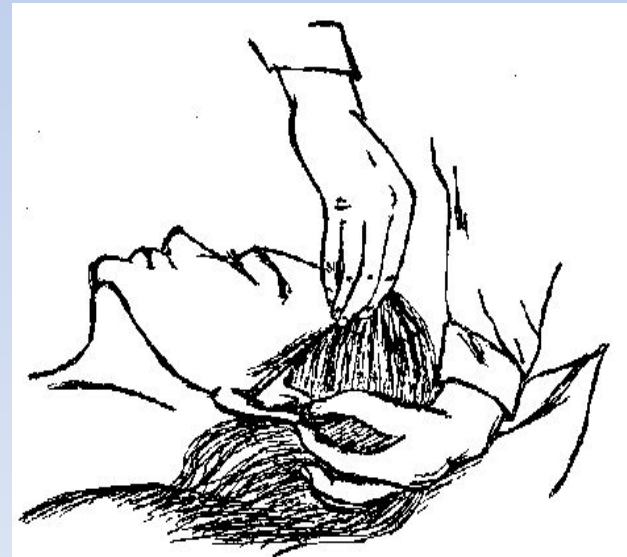
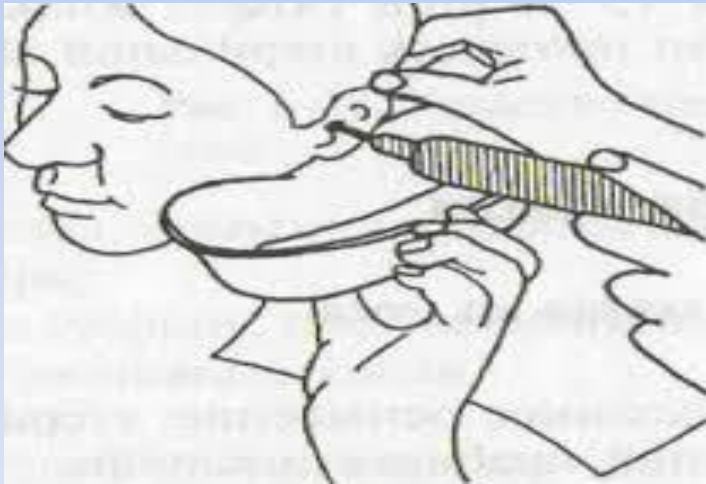
Егер күкірт тығыны пайда болса, оны алып тастау қажет.

**Мақсаты:** күкірт тығынының болуынан құлақтың есту қабілетінің нашарлауының алдын алу.

**Көрсетілімі:** төсек режимінде жатқан науқастың ауыр жағдайы.

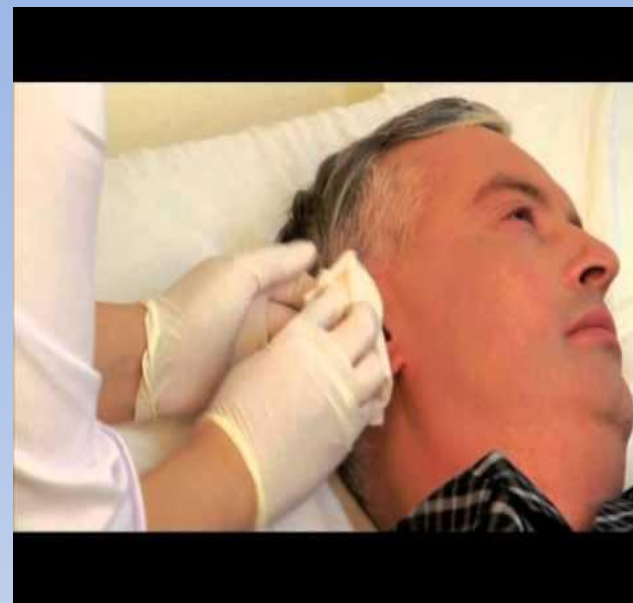
Теріс көрсетпелері: құлақ кіре берісінің, сыртқы есту жолдарының қабынулары.

**Әзірле:** стерильденген: лоток, пинцет, мензурка, мақта турундалары, қолғап,  
3% сутегінің асқын тотығы, лоток, дезинфекциялық ерітінді құйылған ыдыс.



## Процедураның орындалуы.

1. Сабынды сумен салфетканы ылғалдап, құлақ қалқаншасын сүрту, құрғақ салфеткамен құрғату.	
2. Пинцетпен мақта турунданы алып, 3% сутегінің асқын тотығымен ылғалдау.	Құлақ жолдарындағы күкірттің жұмсаруы қамтамасыз етіледі.
3. Турунданы оң қолға ауыстыру.	
4. Есту жолдары теңесетіндей етіп, сол қолмен құлақ қалқаншасын сыртқа тарту. Сыртқы есту жолдарына жол ашылады.	
5. Турунданы айналмалы қозғалыспен сыртқы есту жолдарына 2-3 минутқа 1 см-дан аспайтын тереңдікте енгізу.	Процедура шарты болып табылады.
6. Сыртқы есту жолдарынан турунданы айналмалы қозғалыспен алу.	Есту жолдарынан бөлінділер және серная пробканың алынуы қамтамасыз етіледі.
7. Екінші есту жолын осы тәсілмен тазалау.	





## Шаштың күтімі

Ұзақ уақыт төсекте жатқан емделушінің шашы уақытылы күтімді қажет етеді. Ер адамдардың шашын қысқа етіп алып тастайды және аптасына бір рет гигиеналық ванна қабылдау кезінде басын жуындырады. Ванна қабылдауға тиым салынған науқастардың басын төсекте жуындырады. Ұзын шашы бар әйел науқастардың шашының күтімі күрделілеу.

Шаштың қайызғағын, шаңын алу үшін күнделікті тарау қажет. Ол үшін жиі тісті тарақ пайдаланылады. Қысқа шаштарды түбінен ұшына қарай тарайды, ал ұзын шаштарды аздан бөліп алып, ұшынан түбіріне қарай жайлап, жұлынбайтындай етіп тарайды. Тарақ тістерін сірке қышқылына батырса, қайызғақ пен шаңды жақсы алады. Басты жуу, тырнақтарды алу аптасына бір рет жүргізіледі.

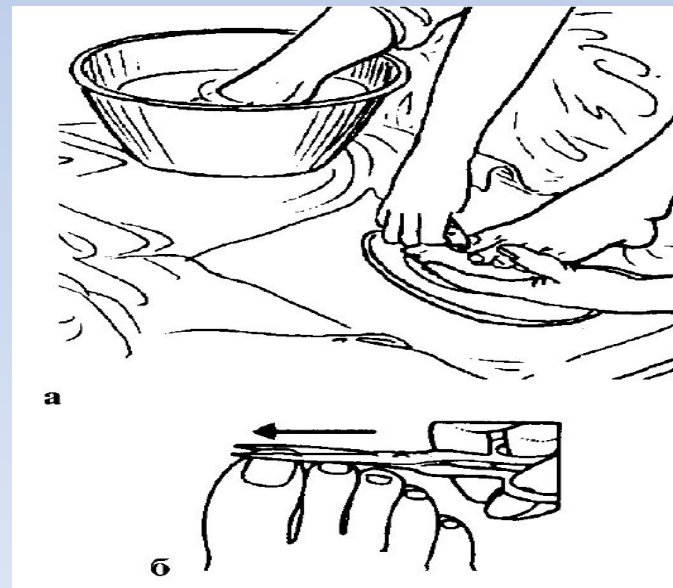
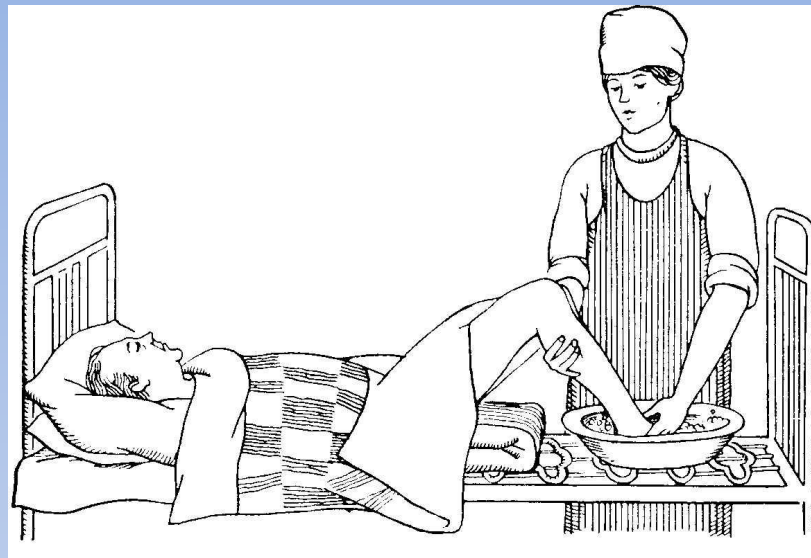




## Ауыр халдегі емделушілердің аяғын жуындыру

**Әзірле:** клеенка, жылы су құйылған леген, жеке сабын, губка, сүлгі, қайшы, қолғап.

1. Пациентпен жылы мейірімді қатынас қалыптастыру.
2. Қолды жуып, кептіру.
3. Қолғапты кию.
4. Пациенттің тізесінің астына матрацты валик етіп жинау.
5. Клеенка төсеп, сеткінің үстіне жылы суы бар легенді орналастыру.
6. Жеке губкамен және сабынмен легенде пациенттің аяқтарын жуу.
7. Аяққа арналған жеке сүлгімен пациенттің аяқтарын сүрту.
8. тырнақтарын алу.
9. Киімдерін және төсеніштерін ауыстыру.
10. Қайшыны залалсыздандыру.
11. Аяқты жууға арналған барлық заттарды жинау.
12. Қолғапты шешіп, қолды жуу, кептіру.



## Халі ауыр емделушіні жуындыру

**Мақсаты:** жеке тұлғалық гигиена ережелерін орындау

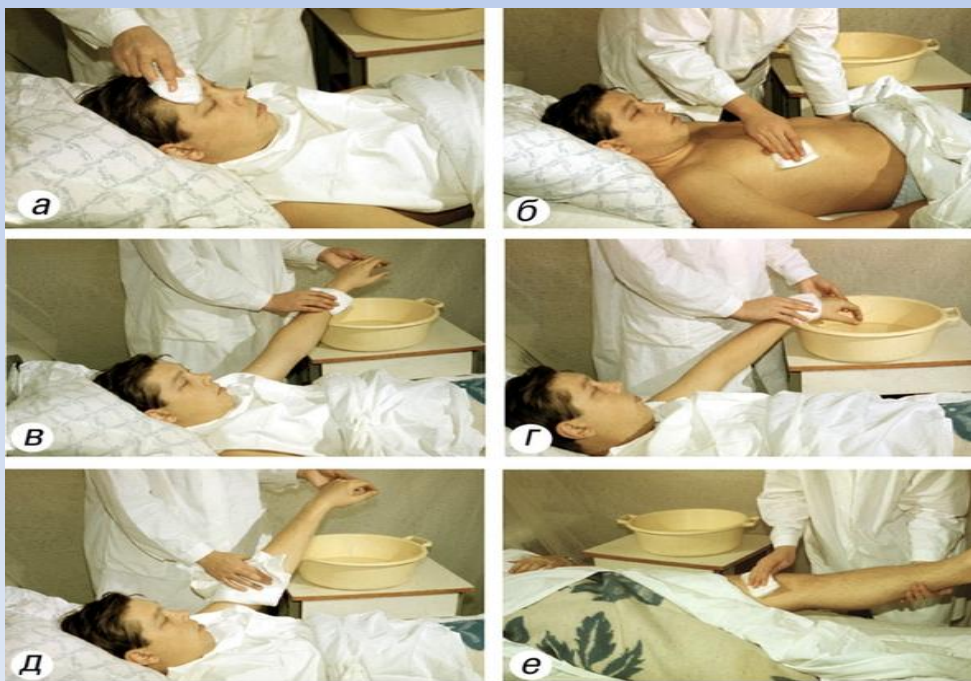
**Көрсеткіштері:** өзіне-өзі күтім жасай алмайтын емделушіге күтім жасау

**Әзірле:** жылы су ( $35-37^{\circ}\text{C}$ ) құйылған ыдыс, жөке қолғап, сүлгі,

жылы су құйылған құмыра, клеенка, жаялық

### Іс-әрекет алгоритмі:

1. Емделушіні Фаулер жатысымен жатқызу, кеудесіне клеенка мен жаялық төсеу.
2. Қолғаппен маңдайын, қабақтары, екі бетін, мұрнын, мойнын сүрту.
3. Сүлгімен сол тәртіпте емделушінің беті мен мойнын құрғатып сүрту.
4. Жөке, қолғапты залалсыздандыру ерітіндісіне салып қою.
5. Қол жуу (әлеуметтік дегей).



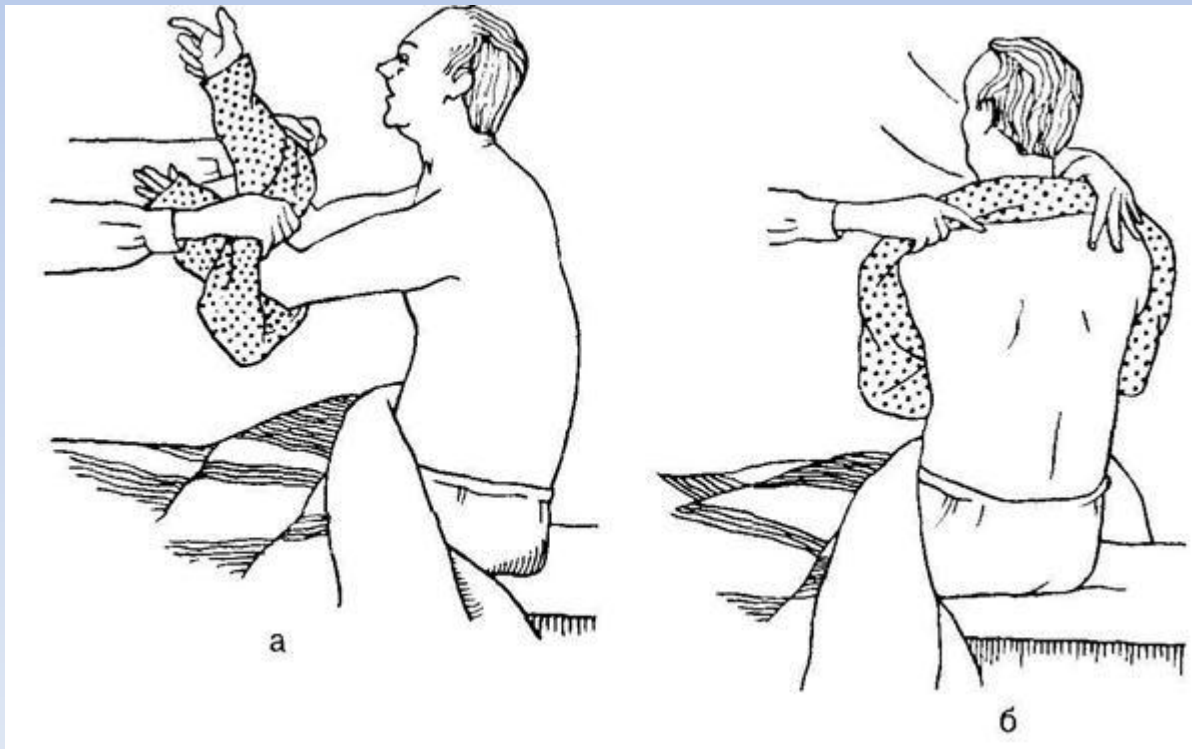
# Науқастың киімін ауыстыру

Көрсетілімі:

- Халі ауыр қатаң төсек режиміндегі науқас.

Әзірле: Науқасқа қажет киім жиынтығы

- халат, орамал, қолғап лас киімдерге арналған клеенка қап.



## Іс- әрекет алгоритмі:

1. Науқасқа жүргізілетін емшараны түсіндіру және келісім алу.
2. Медбике қолын жуып кептіру.
3. Медбике қолын науқастың оң жамбасының астына қойып көйлек етегін тауып алады.
4. Көйлекті ақырындап бас жағына қарай көтереді.
5. Екі қолын көтеріп көйлекті әуелі басынан, сосын қолынан шығарады.
6. Көйлекті киіндіргенде керісінше істелінеді. Көйлектің жеңінен әуелі қолын, сосын басын кигізеді.
7. Көйлек етегі жазылып дұрысталады.
8. Егер қолдың жарақаты болса, көйлекті алдымен сау жақтан босатады, сосын жарақаттанған қолдан шешеді.
9. Алынған мәліметті температура парағына 004 есеп формасына белгі соғылады.
10. Лас киімдерді клеенка қапқа жинайды.
11. Қолғапты шешу, жуу, кептіру.

## Төсек-орынды ауыстыру (емделуші төсекте) көлденең амалмен (екі медбике орындайды)

**Әзірле:** таза төсек жабдығы, бір реттік қолғап, клеенка қап (лас киімге арналған).

### Іс-әрекет алгоритмі:

1. Бір медбике қолын емделушінің басы мен мойнының астына қолын салып, сәл көтеріп, екіншісі жастықты суырып алады.
2. Жаймен емделушінің басын кереуетке қою (жастықсыз). Жастыққапты шешіп, лас төсек-орындарға арналған қапқа салу. Емделушінің жастығына таза қап кигізу.
3. Таза жаялықты көлденеңінен бинт секілді орап алу, бір медбике емделушінің басын көтереді, екіншісі лас жаялықты бас жағынан бастап, кереуеттің ортасына қарай домалатып, жинап, босаған жерде таза жазады.
4. Бір медбике емделушінің жамбасы мен аяқтарын көтеріп, ал екіншісі лас жаялықты аяғына қарай жинап, тазасын төсейді.
5. Лас жаялықты төсек-орынға арналған қапшыққа салып, жаялықтың шеттерін көрпесінің жан-жағының астына салады.
6. Қолғаптарды шешіп, қолды жуу.



