

حمام کردن بیمار در تخت

زمانی که عزیز شما در اثر پیشروی بیماری زمین گیر شده و پیوسته در تختخواب یا صندلی چرخ دار به سر می برد، تکلیف استحمام و شستشوی او چیست؟

- آیا باید شستشو را فراموش کرد؟
- آیا باید بجای استحمام از گلاب و عطر استفاده کرد؟
- آیا فقط تعویض مکرر لباس و استفاده از دستمال مرطوب کافی است؟

بیماری که زمین گیر شده است نیز به استحمام مرتب نیاز دارد تا از بوی بد، سوختن پوست، عفونت، و غیره در امان باشد. شستشوی عزیزتان در تخت ممکن است در ابتدا سخت جلوه نماید ولی با به کار بردن راهکارهای زیر خواهید دید که چندان مشکل نیست.

نظافت و پیرایش بیمار در ایجاد روحیه برای او، مراقبت کننده اش، و ملاقات کنندگان و هم چنین بالا بردن کیفیت زندگی او بسیار موثر است. دیدن عزیزتان با ناخن های کوتاه، موی مرتب، صورت اصلاح شده، و لباس تمیز، بسیار دلچسپ و نمایانگر احترام به شخصیت اوست.

چگونگی تعویض زیرانداز در تخت

شما باید قبل از حمام کردن، روش تعویض زیرانداز، ملافه، و پوشک بیمار خوابیده در تخت را که قادر به همکاری نیست، آموزش دیده باشید. برای انجام این کار می توانید از روش زیر استفاده نمایید.

برای گذاشتن زیرانداز، ملافه، و پوشک، به ترتیب زیر عمل کنید:

- حدود یک سوم زیرانداز را لوله نمایید؛
- بیمار را به پهلو کنید؛
- قسمت لوله شده را در امتداد بدن بیمار قرار دهید؛
- بیمار را به پهلوئی دیگر کرده قسمت لوله شده را باز کنید.

برای برداشتن زیر انداز، ملافه، و پوشک به عکس روش فوق عمل کنید:

- بیمار را به پهلو کنید؛
- طرف آزاد زیرانداز را لوله نمایید؛
- بیمار را به پهلو کنید؛
- زیرانداز را بردارید.

برای تعویض، باید عمل انداختن زیرانداز جدید و برداشتن زیرانداز قدیم را هم زمان انجام دهید.



وسایل مورد نیاز حمام کردن در تخت

وسایل زیر را از قبل آماده نمایید تا در زمان استحمام مجبور نشوید عزیزتان را تنها بگذارید. در صورت امکان از فرد سومی کمک بگیرید:

- دو عدد لگن و دو عدد لیف برای شستن و آب کشیدن؛
- یک عدد زیر انداز عایق آب یا حوله بزرگ؛
- چند حوله حمام؛
- صابون، شامپو، و پماد مرطوب کننده؛
- یک دست لباس تمیز.

آماده شدن برای حمام

- مقدمات کار را برای راحتی عزیزتان و رعایت حریم خصوصی او، به شرح زیر آماده نمایید:
- پنجره‌ها را ببندید و اگر لازم است از بخاری برای گرم کردن اتاق استفاده کنید؛
 - لگن‌ها را از آب گرم پر کنید. درجه حرارت آب را کنترل نمایید تا از سوختن بیمار جلوگیری شود؛
 - زیرانداز یا حوله بزرگ را زیر بیمار پهن کنید که تخت خیس نشود؛
 - روپوش یا حوله‌ای روی بیمار پهن کرده به او کمک کنید لخت شود. با این کار حریم خصوصی بیمار را رعایت کرده و او را در طول مدت استحمام گرم نگاه خواهید داشت؛
 - برای استحمام، با یک لیف و صابون بشویید و با لیف دیگر بدن بیمار را آب کشیده و سپس با حوله خشک نمایید؛

- برای خشک کردن، حوله را روی پوست بیمار بگذارید و بردارید. کشیدن حوله روی پوست ممکن است پوست شکننده بیمار را زخم کند.

شستشوی بدن بیمار

برای شستشوی بدن بیمار به ترتیب زیر عمل کنید:

- ریل تختخواب را بالا ببرید که بیمار از تخت به پایین نیفتد؛
- ارتفاع تخت را زیاد کنید که به کمرتان فشار وارد نشود؛
- با پنبه تمیز به آرامی چشم بیمار را از گوشه داخل به طرف خارج پاک نمایید؛
- سپس با لیف صورت و گردن بیمار را بشویید؛
- یک طرف بدن را از بالا به پایین بشویید و سپس به طرف دیگر بپردازید؛
- شستشو را محدود به قسمت‌های کوچک کنید مثلا اول شانه بیمار، سپس به ترتیب بالاتنه، بازو، و دست او را بشویید؛
- هر قسمت را بشویید، آب بکشید، خشک کنید و سپس به قسمت بعد بپردازید؛
- در حین نظافت، تمامی پوست بیمار را از نظر کهیر، خراش، و سرخی که می‌تواند علامت شروع زخم بستر باشد کنترل کنید؛
- روپوش یا حوله را در زمان شستن پس بزنید و سپس روی بیمار بیندازید؛
- اگر بیمار می‌تواند به شکم بخوابد، ناحیه پشت را در این حالت شستشو دهید؛
- اگر امکان به شکم خوابیدن وجود ندارد، بیمار را به پهلو کنید و یک طرف پشت را شستشو دهید سپس به طرف دیگر بپردازید؛
- آب لگن‌ها را عوض کنید؛
- شستشوی باسن و ناحیه تناسلی بیمار در آخرین مرحله انجام می‌شود؛
- اگر بیمار می‌تواند، به او اجازه دهید این نواحی را شخصا شستشو نماید؛
- در مورد خانم‌ها ناحیه تناسلی باید حتما از جلو به عقب شستشو شوند؛
- اگر لازم است یک پای بیمار را از زانو خم کنید که شستشو بهتر انجام گیرد؛
- اطمینان حاصل کنید که همه نقاطی که پوست روی پوست قرار می‌گیرد به دقت نظافت شود.

شستشوی سر بیمار

شستشوی سر بیمار را می‌توانید به دو طریق انجام دهید.

طریقه اول شستشوی کامل و آب‌کشی با شامپوی معمولی است. برای این کار به یک سفره پلاستیکی بزرگ و لگن دیگری احتیاج دارید. به طریق زیر عمل کنید:

- بیمار را کاملاً در تخت بالا بکشید به طوری که سر او در انتهای بالایی تخت قرار گیرد؛
- پشت تخت را بخوابانید که کاملاً افقی باشد؛
- سفره پلاستیکی را کمی لوله کنید و زیر گردن بیمار قرار دهید. دو طرف آنرا کمی بالا بیاورید که شکل ناودان پیدا نماید؛
- طرف دیگر سفره را در لگنی که روی زمین قرار دارد بیندازید به طوری که آب شستشو داخل لگن بریزد؛
- سر بیمار را با آب و شامپو بشویید و ماساژ دهید. پس از آب‌کشی، با حوله خشک نموده و شانه کنید.

طریقه دیگر شستشو با شامپو مخصوص است که نیاز به آب و آب‌کشی ندارد. این نوع شامپو را می‌توانید از فروشگاه‌های کالای پزشکی خریداری نمایید.

کارهای پس از حمام

قسمت‌هایی از پوست که خشک می‌شود مانند ساق دست و پا را با کرم مرطوب‌کننده چرب کنید. سپس حوله‌های خیس و زیرانداز را بردارید و به بیمار کمک کنید لباس بپوشد. موهای بیمار را شانه کنید. آرایش ملایم بیمار خانم و اصلاح صورت بیمار آقا می‌تواند در روحیه او و ملاقات‌کنندگان مؤثر باشد.