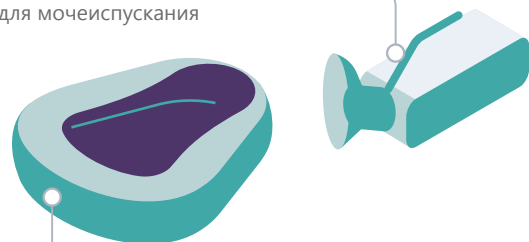


# Помощь в отпращивании естественных потребностей

## Судно

Мужское судно  
для мочеиспускания



Обычное судно

- легкое;
- в форме лопаточки;
- из пластика;
- с узким краем и крышкой.

### Перед подачей судна:

- 1 Положите больного ровно.



- 2 Попросите по возможности согнуть ноги в коленях и приподнять таз.

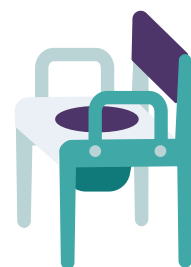
- При необходимости больной может опереться о поручни кровати.

- Не торопите, но и не оставляйте человека надолго на судне (это небезопасно).
- По возможности выйдите из комнаты, пока больной опорожняется, дайте ему колокольчик или радионяню, чтобы он мог вас позвать.

**!** Поступайте с больным человеком так, как хотите, чтобы поступали с вами.

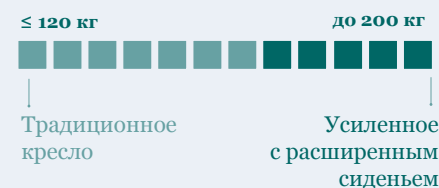
Научные консультанты:  
О.Н. Выговская, ГБУЗ «Центр паллиативной помощи ДЗМ»;  
А.Н. Ибрагимов, ГБУЗ «Центр паллиативной помощи ДЗМ», ГБУ «НИИОЗММ ДЗМ».

## Кресло-туалет



- Ставьте с той стороны кровати, на которую больному удобно поворачиваться.
- Опускайте/убирайте подлокотник со стороны кровати.

### Учитывайте вес больного:



## Подгузник



- Если человек может сказать, что хочет в туалет, никогда не надевайте на него подгузник. Используйте судно или кресло-туалет до тех пор, пока это возможно. Использование подгузника может быть удобно вам, но для больного это унижение.
- Меняйте подгузники и пеленки сразу. Грязные подгузники причиняют сильный физический и эмоциональный дискомфорт, приводят к пролежням и инфекциям.
- Подгузник должен быть по размеру. Не используйте подгузник большего размера, рассчитывая на то, что он больше впитывает.
- Не используйте одновременно катетер, подгузник и пеленку. Это неудобно для больного и вызывает опрелости.
- После смены подгузника проветривайте помещение.

# Интимная гигиена

Если вы ухаживаете за малоподвижным и тяжелобольным человеком, не пренебрегайте его интимной гигиеной.



Неправильная гигиена может вызвать:

- дискомфорт больного;
- опрелости, зуд;
- геморрой;
- неприятный запах;
- инфекции мочеполовой системы;
- пролежни;
- повреждения и кровотечения из уретры и мочевого пузыря;
- депрессию.

## Можно и нужно

- Создать для больного возможность позвать вас с помощью колокольчика или электронного звонка. Он может стесняться сказать, что ему нужно в туалет.
- Быть максимально деликатными. Помните, что ваш близкий испытывает неловкость от своей беспомощности.
- Договориться о специальных фразах, сигналах, которыми больной при посторонних людях сможет сообщить вам, что хочет в туалет.
- Обсуждать интимные вопросы только наедине с больным и с его позволения.

## Нельзя

- Ругать человека за то, что он испражнился.
- Делать интимные вопросы предметом семейного обсуждения.
- Позволять себе шутливые и неловкие комментарии. Нередко больные начинают меньше есть и пить, чтобы не ходить в туалет и избежать неловкости.



фонд помощи  
хосписам  
**Вера**

Горячая линия помощи неизлечимо больным людям

8 (800) 700-84-36

Веб-сайты

[www.fond-vera.ru](http://www.fond-vera.ru)  
[www.pro-palliativ.ru](http://www.pro-palliativ.ru)

Партнеры

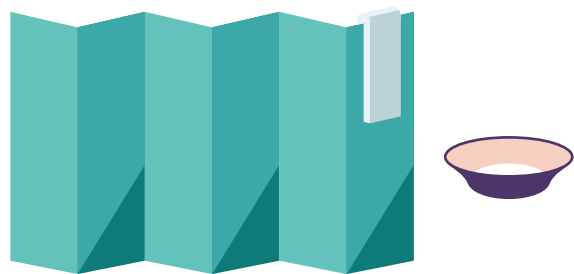
ФОНД  
ПРЕЗИДЕНТСКИХ  
ГРАНТОВ

ИНФОГРАФИКА.  
АГЕНТСТВО  
ЭФФЕКТИВНЫХ  
КОММУНИКАЦИЙ

# Интимная гигиена лежачего больного

Ухаживайте за интимными местами деликатно, чтобы ваш близкий испытывал минимум дискомфорта. Интимную гигиену лучше проводить тому, кого сам больной выбрал для этого.

## Создайте комфортные условия





- Обеспечьте уединенность: закройте дверь или установите ширму. Если комната расположена на первом этаже, закрывайте шторы и окна.
- Поддерживайте оптимальную температуру в комнате и избегайте сквозняков.
- Поощряйте максимальную самостоятельность — пусть будут действия, которые больной выполняет сам или с вашей помощью.

## Проводите процедуру


- утром;
- вечером;
- после каждого испражнения;
- при смене подгузника.

## Можно и нужно








 Использовать специальную пенку для интимной гигиены или гигиенические салфетки. Важно чередовать их применение с подмыванием водой, иначе кожа не будет дышать.


 Менять полотенце каждый день. Если у больного кандидоз, трихомоноз, молочница, то надо пользоваться одноразовыми полотенцами.

 Выбирать нижнее белье из натуральных тканей, без грубых швов, с мягкой резинкой.





 Если вы заметили на коже сыпь, покраснение, раздражение, гнойнички, обратитесь к врачу — это может быть началом пролежневого процесса!

## Вам понадобятся:

-  Перчатки
-  Тазик с теплой водой (+36-37 °C)
-  Губка
-  Моющее средство для интимной гигиены
-  Пеленка
-  Подгузник (при необходимости)
-  Мягкое полотенце

-  Спрашивайте согласие больного прежде, чем что-то сделать.
- Всегда предупреждайте больного обо всех своих действиях и комментируйте их, так как человек не видит, что вы делаете, и может нервничать.

## Нельзя использовать

-  Моющие средства на основе масла — они не пропускают воздух и не дают коже дышать.
-  Тальк — он образует комки, требует тщательного вымывания, а также может содержать примеси асбеста, признанного опасным для здоровья.
-  Обычное мыло или гель для душа — они разрушают микрофлору.
-  Раствор марганцовки или фурацилина — они сушат кожу.

## Процесс

### 1 Начальное положение



- 1 Уложите больного на спину.
- 2 Постелите непромокаемую пеленку под ягодицы больного.
- 3 Попросите согнуть ноги в коленях и раздвинуть их или аккуратно сделайте это сами.
- 4 Наденьте перчатки.
- 5 Снимите повязки, если у больного есть раны в области паха.
- 6 Прикройте низ живота и бедра большим легким полотенцем, чтобы больной не был перед вами обнажен.
- 7 Намочите губку водой и протрите интимные места.
- 8 Нанесите моющее средство для интимной гигиены.
- 9 Помойте паховые складки и приступите к процедуре ухода за половыми органами:

### 11 Переворот на бок




- 10 Мягко промокните область промежности полотенцем.
- 11 Поверните больного на бок, чтобы облегчить доступ к анальному отверстию и промежности.
- 12 Помойте ягодицы, ягодичную складку, задний проход по направлению от половых органов. Промывайте губку в чистой воде до тех пор, пока не избавитесь от остатков каловых масс.
- 13 Вытрите насухо все кожные складки (высокий риск возникновения опрелостей).
- 14 Нанесите защитный крем (особенно если у больного подгузник).
- 15 Уберите пеленку.
- 16 Поверните человека обратно на спину.
- 17 Сделайте перевязку ран (при необходимости).
- 18 Наденьте подгузник (при необходимости).
- 19 Накройте человека одеялом.

### 16 Конец процедуры



## Женщины


- 1 Аккуратно раздвиньте половые губы.
- 2 Промойте промежность губкой в направлении от половых органов к заднему проходу (вниз и назад).
- 3 Повторите несколько раз до полного смывания моющего средства.

 В подмывании нуждаются только места снаружи. Внутренняя часть влагалища очищается самостоятельно.


- Нельзя проникать пальцами внутрь влагалища!
- Не допускайте попадания моющего средства во влагалище!

## Мужчины

- 1 Аккуратно отодвиньте крайнюю плоть.
- 2 Помойте головку полового члена.
- 3 Закройте головку полового члена крайней плотью.
- 4 Помойте яички и паховую зону в направлении спереди назад.

 Не тяните, не сдавливайте половой член во время проведения гигиенических процедур.

- Не допускайте попадания моющего средства в устье мочеиспускательного канала, чтобы не допускать раздражения.

 Мойте **только в одном направлении**: от половых органов к анальному отверстию — то есть вниз и назад. Такой способ защищает от переноса бактерий и заболеваний мочеполовой системы.