**Starostlivosť o posteľnú bielizeň**

Základné vybavenie postele pre pacientov:

* matrace - najvhodnejšie sú trojdielné pretože každý z nich môžme z nich pri znečistení ľahko vymeniť;
* vankúše - strednej veľkosti naplnené asi do polovice aby sa dali chorému upraviť pod chrbát;
* prikrivká - ľahká teplá a dobre čistiteľná;
* gumená podložka - má mať rozmery asi 100x150cm, ktorá slúži na ochranu postele pred premočením. Kladieme ju pod plachtu pod platenú podložku.
* plachta -bavlnená alebo ľanová kladie sa pod matrac. Má byť taká veľká aby sa dala dobré zastlať pod matrace.
* platená podložka - kladie sa na strednú časť postele. Musí byť dlhšia a širšia ako gumená podložka aby ju celú zakryla.
* obliečky (povlaky) - naťahujú sa na paplóny a vankúše. Uzatvárajú sa gombíkmi alebo šnúrkami, ktoré treba zaväzovať. Majú byť vždy čisté a nepoškodené.

**Starostlivosť o osobnú bielizeň**

Pri triedení špinavej osobnej bielizne sa kontroluje značka, poškodenie, druh materiálu.

**Spôsoby značkovania:**

* **trvalé –** vyšitím znaku, popisom fixou, nášivky
* **prechodné** – etikety, čiarové kódy, nažehlené štítky, zašité čipy





**Nažehlenie štítku** v 3 krokoch:

1. písanie mena klávesnicou
2. vytlačenie štítku tlačiarňou
3. nažehlenie štítku na bielizeň

**Starostlivosť o sociálne zariadenia**

Musia sa dodržiavať tieto zásady**:**

* práce vykonávať pravidelne
* dodržiavať pravidlá ochrany a bezpečnosti práce

- pri práci s chemikáliami používať rukavice, zásteru, okuliare

- pri umývaní okien používať bezpečnostne pásy

* používať pracovný odev
* priestory vždy upratovať **navlhko** vlhkými handrami. Pri suchom upratovaní (zametaní) sa víri prach, čím sa znečisťuje ovzdušie, ktoré dýchajú pacienti
* čistiaci prostriedok voliť podľa materiálu, ktorý sa bude čistiť, nevhodný by mohol porušiť povrch
* udržiavať v čistote a poriadku pomôcky na upratovanie
* starať sa aj o miestnosť na odkladanie týchto pomôcok
* čistiaci prostriedok kombinovať s vhodnou dezinfekciou (chloramín)

**Druhy upratovania:**

Denné upratovanie - zahŕňa všetky práce, ktoré sa musia vykonávať každý deň. Napr.: umývanie dlážok, kúpeľni WC, izieb pacientov, pracovne sestier, umývanie riadu, vynášanie smetí....

Týždenne upratovanie - zahŕňa práce, ktoré sa musia vykonávať raz alebo dva raz do týždňa.

Veľké upratovanie - uskutočňuje sa niekoľko raz v roku napr. upratovanie na chirurgických oddeleniach, operačných sálach, umývanie okien... Pri veľkom upratovaní v normálnej prevádzke sa organizuje tak, aby chorých čo najmenej rušili. Jeden deň okná, druhý deň, nábytok, tretí dlážky...Najlepšie sa zvládne ak je celé oddelenie uzavreté (pri maľovaní).

**Umývanie okien**

Pri umývaní okien dodržiavame tieto rady:

**Správne pomôcky -** najvhodnejšia na umývanie okien je gumová stierka a handra, do vody sa môže pridať ocot, saponát alebo lieh.

**Neumývame okná počas jasného slnečného dňa.** Voda by veľmi rýchlo uschýnala a na skle by zostali šmuhy.

**Na leštenie** používame prostriedok Okena a handry, ktoré nezanechávajú chĺpky.

Najlepšou voľbou sú staré noviny. Tie nasajú prebytočnú vodu a nezanechajú žiadne zvyšky.

**Starostlivosť o klienta – hygienická starostlivosť**

Časti hygienickej starostlivosti:

* hygiena rúk
* starostlivosť o ústnu dutinu
* hygiena tela : ranná a večerná toaleta; kúpeľ
* hygienická starostlivosť o dojča – kúpeľ, prebaľovanie, obliekanie a vyzliekanie
* starostlivosť o vlasy : česanie, umývanie, odvšivovanie
* starostlivosť o nechty
* starostlivosť o protetické pomôcky pacienta
* starostlivosť o odev
* váženie pacientov

Postup hygienických úkonov sa mení podľa aktuálneho stavu klienta.

**Starostlivosť o klienta – úprava postele**

Základné vybavenie nemocničnej postele pre dospelých:

* matrace (pasívne, aktívne)
* prikrývky
* vankúše
* nepremokavá podložka
* posteľná bielizeň

K základnému vybaveniu nemocničnej postele patrí stolička a nočný stolík.

**Úprava postele**

Posteľ upravujeme po rannej toalete, pred spaním, alebo kedykoľvek počas dňa, ak je to potrebné.

Postupujeme podľa toho, či posteľ, ktorú upravujeme je prázdna alebo na nej leží pacient.

Ak pacient nemôže opustiť posteľ, meníme plachtu po dĺžke alebo po šírke.

* ak je schopný pacient sa otočiť na bok - výmena plachty po dĺžke
* ak sa nemôže ani otáčať na bok - výmena plachty po šírke

**Starostlivosť o posteľ po odchode pacienta**

zoblečieme posteľnú bielizeň, dekontaminujeme konštrukciu postele, matrace dáme vyvetrať, oblečieme čistú posteľnú bielizeň, špinavú bielizeň dávame do vriec a vozíkov z PVC (!!!Nie na zem!!!)