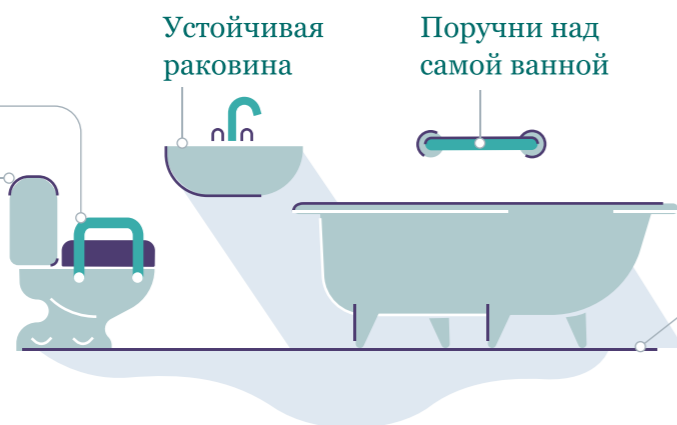


Основные требования

Опорные ручки на стенах по бокам от унитаза

Сиденье, увеличивающее высоту унитаза — так человеку будет удобнее вставать (можно купить в магазине медтехники)



Пол должен быть сухим и нескользким. Не должно быть ковров и порога, о которые больной может запнуться

Путь от кровати до туалетной комнаты

- Оборудуйте стены поручнями и опорными ручками по основному маршруту больного.
- Уточните, умеет ли человек пользоваться ходунками.
- Подберите больному удобную обувь:
 - с задником,
 - с закрытым мыском,
 - с низким каблуком,
 - по размеру.
- Убедитесь, что на пути больного нет посторонних предметов, о которые можно удариться или споткнуться:
 - загибающиеся края ковров,
 - провода,
 - мебель.

Нельзя

Не расставляйте предметы вдоль стен в комнате и в коридоре.
У человека должна быть возможность опереться на стену и держаться за поручни.

Не оставляйте инвалидное кресло, детскую коляску, тумбочку не на тормозах.
Облокотившись на них, человек может упасть.

Не делайте перестановку мебели.
Пожилой человек, передвигаясь по комнате ночью, может идти по памяти и споткнуться о мебель, которую вы переставили.

Убедитесь, что у вас есть...

Поставьте галочку, если пункт выполнен.

Функциональная кровать
(по рекомендации врача)

Инвалидное кресло/ходунки
(по рекомендации врача)

Подушки, валики

Противопролежневый матрас
(по рекомендации врача)

Кресло-туалет/судно
(по рекомендации врача)

Поручни и ручки для опоры

Прикроватная тумбочка или столик

Кроватный тросик

Поильник

Организация безопасного пространства

Если вы ухаживаете за больным человеком, позаботьтесь о его удобстве и безопасности!

Основные принципы

Чистота

+ 21...23 °C
Оптимальная температура воздуха

Проветривание
15–20 минут, не менее 2 раз в день, в любую погоду

Влажная уборка
ежедневно (минимум 1–2 раза в неделю)

Комфорт

Домашний уют, а не больничный порядок

Привычные и приятные вещи вокруг

Необходимые предметы расположены так, чтобы больной мог до них дотянуться

Безопасность

Детские замки на окнах

Датчики дыма и блокираторы на газовую плиту

Знакомая мебель для удобства человека с плохой памятью



Фонд помощи хосписам

Вера

Горячая линия помощи неизлечимо больным людям

8 (800) 700-84-36

Веб-сайты

www.fond-vera.ru
www.pro-palliativ.ru

Партнеры

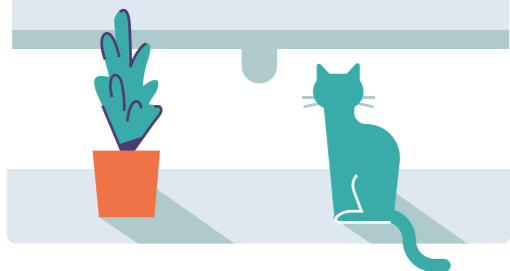
ФОНД ПРЕЗИДЕНТСКИХ ГРАНТОВ

ИНФОГРАФИКА. АГЕНТСТВО ЭФФЕКТИВНЫХ КОММУНИКАЦИЙ

План основной комнаты

Шторы

Выбирайте в зависимости от предпочтений человека. Кому-то комфортнее спать с плотными шторами, которые не пропускают свет.



Растения

- Следите, чтобы у больного не было аллергии.
- Сажайте цветы без колючек.
- Используйте устойчивые горшки.

Стул для посетителей

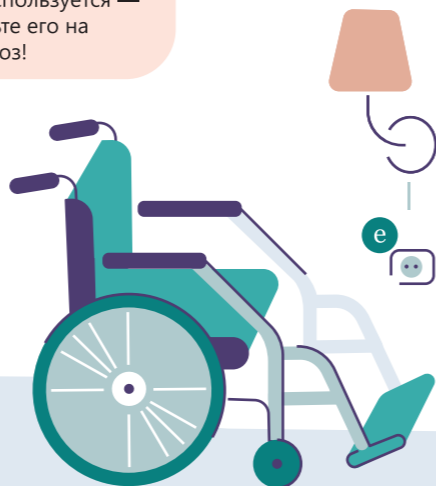
Лежачему больному некомфортно, когда с ним разговаривают стоя, поэтому подумайте о мебели для посетителей.



Инвалидное кресло / ходунки

Убедитесь, что они находятся рядом с кроватью и располагаются с ней на одном уровне.

⚠ Когда кресло не используется — ставьте его на тормоз!



Освещение

Поставьте у изголовья кровати торшер, настольную лампу или бра так, чтобы было просто до них дотянуться.



Кровать

(при необходимости — функциональная)

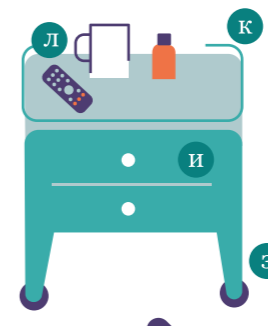
- Доступ должен быть с трех сторон.
- Должны быть видны входящие посетители.
- Располагается там, где не мешает свет из окна.



Тумбочка

- На расстоянии вытянутой руки.
- Удобно дотягиваться в лежачем положении.
- Удобно хранить белье, подгузники, косметические средства.

⚠ Тумбочку на колесах ставьте на тормоз!



Книжный шкаф

(по желанию)

Убедитесь, что книги плотно стоят на полках и не падают.



Досуг (кроссворды, книги, вязание)

Поговорите с больным и узнайте, что ему нужно для досуга.

В комнате не должно быть:



горячего чайника или электрической грелки — чтобы не обжечься



качающейся, сломанной мебели — чтобы не упасть



проводов, проведенных посреди комнаты, — чтобы не споткнуться

Телевизор

- Напротив кровати.
- Пульт на тумбочке.

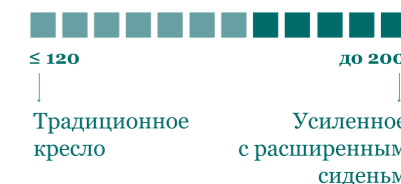


Кресло-туалет

С откидными подлокотниками.



Учитывайте вес человека, кг.:



⚠ Тумбочку и кресло-туалет надо ставить с той стороны, на которую пациенту удобно поворачиваться.

Кровать

а Высота

- Минимальная — 65 см.
- Увеличить можно с помощью дополнительного матраса.

б Кроватный тросик

- Крепится в ножной части кровати.
- Нужен, чтобы человек сам мог приподняться в постели.
- Тросик выбирайте с узлами на веревке, чтобы руки не скользили.

в Матрас

- Противопролежневый — для лежачих и мало-подвижных больных.
- Удобный — для подвижных больных.

г Подушки и валики

- Подушки разных размеров позволяют:
- расслабить мускулатуру;
 - менять положение тела и снижать риски появления пролежней;
 - снять отек, приподняв ноги;
 - уменьшить давление на болезненные участки тела.

д Боковые поручни

- Нужны, чтобы обезопасить человека от падений.
- Их можно опускать при смене постельного белья.
- Поручни можно заменить сложенным одеялом или подушками.

⚠ Всегда спрашивайте, комфортно ли больному.

е Розетка

Важна для функциональной кровати, противопролежневого матраса, кислородного концентратора и гаджетов больного.

ж Опора для спины

- Продается в магазинах медтехники.
- Нужна, если нет функциональной кровати.
- Позволяет больному комфортно устроиться в положении сидя.
- Должна фиксироваться в нескольких положениях: в диапазоне от 45 до 65 градусов.
- Обязательно наличие мягкого подголовника.



Можно заменить стулом, поставленным за спину больного ножками вверх.

Тумбочка

з Колесики

и Выдвижные ящики

к Бортики по краям

л Съемный регулируемый столик для еды

Содержимое тумбочки

Вызов на помощь

Продумайте удобный способ связи: колокольчик, электронный звонок.

Телефон

- Важен, чтобы оставаться на связи с близкими и друзьями.
- Продумайте держатель для телефона или специальное место, чтобы он всегда был под рукой.

Салфетки

Могут пригодиться в любой момент, в том числе во время приема пищи.



Вода

- Всегда должна быть доступна на расстоянии вытянутой руки.
- Должна находиться в удобной таре — стакане с трубочкой или поильнике.