

OBSAH

ÚVOD 10

OKOLÍ NEMOCNÉHO: Ochrana nemocného před nepříznivými vlivy prostředí 16

Úprava pokoje nemocného 17

Úprava pokoje pro dítě 19

POHODLÍ A POHYBLIVOST: Pomoc nemocnému při pohybu a při zaujímání pohodlné polohy 22

Nemocný v posteli 23

Úprava postele 23

Použití plátěné podložky 27

Úprava dětské postýlky 28

Tlaková místa 29

Polohy při odpočinku v posteli 30

Pomůcky do postele 31

Polohování nemocného 32

Povzbuzování nemocného při zlepšování pohyblivosti 37

Pomůcky k chůzi 38

Nemocný na invalidním vozíku 39

UMÝVÁNÍ A KOUPÁNÍ: Pomoc nemocnému při udržování tělesné hygieny 40

Koupání v koupelně 41

Pomůcky ke koupání 41

Vstupování do vany a pod sprchu 42

Celková koupel na lůžku 44

Mytí 45

Holení 45

Péče o nehty 45

Péče o oči 46

Péče o dutinu ústní 46

Péče o vlasy 48

Koupání dítěte 49

OBLÉKÁNÍ: Pomoc nemocnému při oblékání, svlékání a výběru oblečení 50

Oblékání a svlékání 51

Pomůcky k oblékání 52

Výběr oblečení 53

Oblékání novorozence 56

Výběr dětského oblečení 57

JÍDLO A PITÍ: Pomoc nemocnému při zajišťování správné výživy a samostatném jedení 58

Význam zdravé výživy 59

Základní živiny 60

Výživa nemocného 64

Stravovací návyky 65

Pomoc nemocnému při jídle 65

Nemocný, který se umí najíst sám 65

Nevidomý nemocný 66

Nemocný bez zubů 66

Bezmocný nemocný 66

Nemocný v bezvědomí 66

Pomoc při přípravě jídel 67

Pomůcky k jídlu a pití 67

Menší trávicí obtíže 69

Krmení novorozence 70

Kojení 70

Krmení z kojenecké láhve 71

Plynatost a kolika 74

Privykání dítěte na tuhou stravu – odstavení 75

Krmení nemocného dítěte 75

LÉKY: Pomoc nemocnému při užívání léků 76

Podávání léků 77

Podávání léků ústy 77

Podávání léků jinými cestami 78

Kapky 78

Péče o léky 80

Podávání léků dětem 81

VYPRAZDŇOVÁNÍ: Pomoc nemocnému při likvidaci výměšků 82

- Základní péče 83
- Použití pojízdného záchodu 83
- Použití podložní misky 83
- Použití močové láhve 84
- Pomůcky na WC 84
- Moč 85
- Stolice 86
- Průjem 87
- Zácpa 87
- Čípky a klyzma 87
- Menstruace 88
- Inkontinence 89
- Inkontinence moči 89
- Inkontinence stolice 90
- Pomůcky pro pacienty s inkontinencí 91
- Nemocný s kolostomií 93
- Pomoc při ošetřování kolostomie 94
- Přebalování novorozence 95
- Způsoby přebalování dítěte 96
- Sterilizace plenek 97
- Ovládání vyprazdňovacích funkcí 98

ODPOČINEK A SPÁNEK: Pomoc nemocnému při relaxaci a zavádění vhodného spánkového režimu 99

- Spánkový režim 100
- Příčiny nespavosti 100
- Prostředí nemocného 100
- Nepohoda 101
- Hlad a žízeň 101
- Hluk 101
- Obavy a úzkost 102
- Bolest 102
- Spánek v útlém dětství 102

SLEDOVÁNÍ TĚLESNÉ TEPLoty: Pomoc nemocnému při udržování normální tělesné teploty 104

- Podchlazení 105
- Postup při nízké teplotě 105
- Pomůcky k ohřívání 106
- Horečka 107
- Postup při vysoké teplotě 108
- Praktická pozorování 108
- Měření teploty 109
- Měření pulsu 110
- Dechová frekvence 111
- Zánět 111
- Péče o nemocného se zánětlivým onemocněním 112
- Nakažlivá onemocnění 113
- Způsoby infekce 113
- Ošetřování pacienta s nakažlivou chorobou 114
- Imunita – odolnost 115

OŠETŘOVÁNÍ RAN: Pomoc nemocnému po úrazu 116

- Hojení rány 117
- Předcházení infekcím 118
- Sterilizace nástrojů 118
- Příprava k ošetření rány 119
- Upevnění sterilního krytí 121
- Použití obvazů 123
- Způsoby obvazování 123

DÝCHACÍ POTÍŽE: Pomoc nemocnému při dýchacích potížích 126

- Pomoc nemocnému při ztíženém dýchání 127
- Čištění ucpaného nosu 127
- Zvládnutí kašle 128
- Zmírňování specifických potíží 129
- Zmírňování dýchavičnosti 129
- Pomoc nemocnému při dýchavičnosti 130
- Podávání kyslíku 130
- Nemocný s tracheostomií 133

KOMUNIKACE: Pomoc nemocnému při vyjadřování potřeb 134

- Mimoslovní komunikace 135
- Slovní komunikace 135
- Problémy při komunikaci 135
- Nemocný bez schopnosti mluvit 136
- Neslyšící nemocný 136
- Nevidomý nemocný 137
- Hluchota a slepota v dětském věku 137
- Nemocný, který neovládá český jazyk 138
- Zmatený nemocný 138
- Pomoc duševně nemocnému 139

UZDRAVOVÁNÍ A REHABILITACE: Pomoc nemocnému při uzdravování 140

- Nemocný po propuštění z nemocnice 141
- Dítě v rekonvalescenci 141
- Prvorodička 142
- Denní pacienti 143
- Ambulantní chirurgický výkon 143
- Ambulantní léčba v nemocnici 143
- Navštěvování denních středisek 144
- Ambulantní pacienti 145

REKREAČNÍ AKTIVITY: Pomoc nemocnému při užitečném trávení času 146

- Plánování rekreačních aktivit 147
- Stadia nemoci 147
- Aktivita při uzdravování 148
- Plánování aktivity dětí 149

UČENÍ A OPĚTOVNÉ UČENÍ: Pomoc nemocnému při překonávání neschopnosti osvojit si nové dovednosti 150

- Potíže s učením 151
- Hračky a hry 151
- Potřeba opětovného učení 153

UMÍRAJÍCÍ ČLOVĚK: Pomoc člověku při klidném a důstojném umírání 154

- Pocity a strach ze smrti 155
- Zajištění pohody nemocnému 156
- Příznaky blížící se smrti 157
- Opatření po smrti nemocného 157
- Pomoc příbuzným 158
- Po pohřbu 159

DODATEK I: Normální vývoj dítěte od narození do pěti let 160

- Fyzický vývoj 160
- Duševní vývoj 161
- Mezníky 162

DODATEK II: Infekční choroby (nakažlivé) 166

- Běžné infekční choroby 166
- Očkování dětí 167
- Informace pro cestující 167