

ĶERMEŅA ĀPMAZGĀŠANA AR SPECIĀLIEM LĪDZEKĻIEM



Mērķis

- Atbrīvot bērna ķermeni no netīrumiem, likvidēt ķermeņa smakas, atvēsināt un atsvaidzināt ķermeni;
- Stimulēt asinsriti un novērst ādas bojājumu rašanos;
- Stimulēt bērna muskuļu un locītavu kustības;
- Nodrošināt bērna labsajūtu.

Pamatprincipi

- **Bērnu drīkst apmazgāt divas stundas pēc ēšanas;**
- Izmantojiet ādas mitrinošu krēmu vismaz divas reizes dienā;
- Apmazgāšanas laikā **izvairieties no bērna nosalšanas, piesedzot apmazgātās vietas;**
- Izvairieties no lanolīna saturošiem krēmiem, kas var sekmēt alerģisko reakciju.

Nepieciešamais aprīkojums

- Nesterili cimdi;
- Ūdensnecaurļaidīgi autiņi (paklāt zem bērna procedūras laikā);
- Tīra gultas veļa;
- Tīras drēbes;
- Autiņbiksītes
- **Mazgāšanas līdzekļi, kas nav jānoskalo:** putas ķermeņa mazgāšanai vai ķermeņa mazgāšanas līdzeklis kopā ar mazgāšanas cimdiem, vai mitrās salvetes, putas vai cepure matu mazgāšanai (piemēram, Seni, Abena, Tena u.c.);
- Mitrinošs līdzeklis (piemēram, mitrinošais krēms, emulsijai līdzīgs krēms - emolients (piemēram, linola losjons, pantenola ziede vai krēms, Essex krēms u.c.)), ko lietot pēc apmazgāšanas;

Apmazgāšanas process

1. Vislabāk iesaistīties diviem cilvēkiem! Viens ir vadošais, otrs - palīgs, kas palīdzēs pozicionēt bērnu.

2. Paņemiet nelielu daudzumu mazgāšanas līdzekļa un plānā kārtā maigi izsmērējiet, bet neierīvējiet ādā. Atstājiet 1-2 minūtes un noslaukiet ar mazgāšanas cimdus. Atkārtojiet, ja nepieciešams. Izmantojot putas, uzklājiet tās tieši uz ādas no 10 cm attāluma, tad izsmērējiet, atstājiet 1-2 minūtes un noslaukiet ar mazgāšanas cimdus.



ĶERMEŅA ĀPMAZGĀŠANA AR SPECIĀLIEM LĪDZEKĻIEM



Apmazgāšanas process

3. Apmazgāšanu **veiciet pa daļām**, secīgi **noslaukot ādu un piesedzot apmazgātas vietas**.

4. Secība: plaukstas, rokas visā garumā līdz pat padusei, to iekļaujot, krūšu kurvis un vēders (**pievērsiet īpašu uzmanību ādas krokām!**), pēdas, kājas visā garumā.

5. Sejas ādas apmazgāšanu veic ar līdzekļiem, kas ir atļauti lietot sejas zonai (**salvetes sejai**) un ādai ap acīm.

6. Intīmo higiēnu veic ar piemērotiem kopšanas līdzekļiem (piemēram, salvetēm intīmai higiēnai). Uzvelciet cimdus! Novietojiet bērnu uz muguras, salieciet kājas ceļgalos, un palīgs notur tās tādā pozīcijā, kamēr vadošais veic apmazgāšanu. **Meitenēm** apmazgāšana jāveic nedaudz paverot lielās kaunuma lūpas ar pirkstiem, mazgājot no priekšpuses virzienā uz anālo atveri. **Zēniem** apmazgāšana jāveic atvelkot priekšādiņu, pēc apmazgāšanas priekšādiņu atgriež sākotnējā pozīcijā.

7. Sēžamvietas apmazgāšana jāveic bērnu noliekot uz sāniem, ar dibenu pret procedūras veicējiem. Jāapmazgā sēžamvieta, anālas atveres apvidus virzienā **no dzimumorgāniem uz anālo atveri**.

8. Matu mazgāšana ar putām: uzklājiet vairākas putu devas uz sausiem matiem, iemasējiet, sākot no matu saknēm līdz galiņiem, atstājiet 2-3 minūtes, pēc tam **obligāti (!) nosusiniet ar dvieli**, lai savāktu no matiem šampūna izšķīdinātos netīrumus. Kad mati kļūst pilnīgi sausi, rūpīgi tos izķemmējiet.

9. Matu mazgāšana ar mazgāšanas cepuri: cepuri matu mazgāšanai uzlieciet galvā, veiciet vieglu galvas masāžu 1-3 minūtes un tad cepuri noņemiet, nosusiniet matus ar dvieli, izķemmējiet.

10. Pēc procedūras uzvelk autiņbiksites, tīras drēbes, nomaina gultas veļu.

Pirms mazgāšanas līdzekļu lietošanas uzlieciet nelielu līdzekļa daudzumu uz ādas un pagaidiet 5 minūtes. Izteikta ādas apsārtuma gadījumā nav ieteicams lietot!

Sagatavoja BKUS Paliatīvā
aprūpes dienesta (PALA)
speciālisti:

PALA vadītāja Dr. Anda
Jansone

Dr. Jeļena Prokofjeva

PALA vecākā māsa Sofja
Tomase

PALA māsa Iveta Gigele

Atsauces

1. Rokasgrāmata. Kvalitatīva aprūpe mājās. Rīga, 2006.

2. Dr. Justin Amery. Children's Palliative Care in Africa. Oxford University Press, 2009.

3. <http://www.icpcn.org/wp-content/uploads/2013/08/Childrens-Palliative-Care-in-Africa-Full-Text.pdf>

3. Краковяк Пётр, Кшижановски Доминик, Модлинська Александраю Тяжелобольной дома: лечение, уход, реабилитация. Хронические болезни. Гданьск, 2013.

Papildus informācija par kopšanas līdzekļiem:

1. www.abena.lv

2. <http://www.bioderma.com/lv/produkti/kas-jauns.html>

3. http://www.seni.lv/lv_LV/category/adas-kopsana

4. <http://www.tena.lv/rupejoties-par-milotajiem/izstradajumi/papildus-aizsardzibai/>
u.c.