

Деликатная тема – уход за интимными частями тела и гигиена. Из нашей практики мы знаем, что именно с этим вопросом связано много проблем.

□ Не позволяйте себе шуточных и неловких комментариев об интимной гигиене: нередко больные начинают меньше есть и пить, чтобы не ходить в туалет и избежать неловкости.

□ Обсуждайте интимные вопросы только наедине с больным и с его позволения. Никогда не делайте это предметом семейного обсуждения.

□ Человек может стесняться сказать, что ему нужно в туалет. Создайте для него возможность позвать вас с помощью колокольчика или электронного звонка. Договоритесь о специальных фразах, сигналах, которыми он может в присутствии посторонних людей в комнате сообщить вам, что хочет в туалет.

Если вы ухаживаете за малоподвижным и тяжелобольным человеком, помните, что нельзя пренебрегать его интимной гигиеной – это может привести к ухудшению его физического и психологического состояния.

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

Неправильная гигиена может вызвать:

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

✍ • Создайте комфортные условия:

◆ Обеспечьте уединенность. Туалет – это интимный процесс, никто не хочет быть на виду.

◆ Закройте дверь или установите ширму. Если комната расположена на первом этаже, закрывайте шторы и окна.

◆ Помните об оптимальной температуре в комнате: избегайте сквозняков.

- ◆ Всегда предупреждайте больного обо всех своих действиях и спрашивайте его согласие прежде, чем что-то сделать.
- ◆ Поощряйте максимальную самостоятельность – пусть будут действия, которые больной выполняет сам или с вашей помощью. Человеку важно знать, что он многое может сам.
- ◆ Меняйте подгузники и пеленки сразу. Грязные подгузники причиняют сильный физический и эмоциональный дискомфорт и приводят к осложнениям.

Помните, что ваш близкий испытывает неловкость от своей беспомощности и необходимости прибегать к чьей-либо помощи в интимных процедурах. Будьте максимально деликатны. И никогда не ругайте человека за то, что он испражнился.

