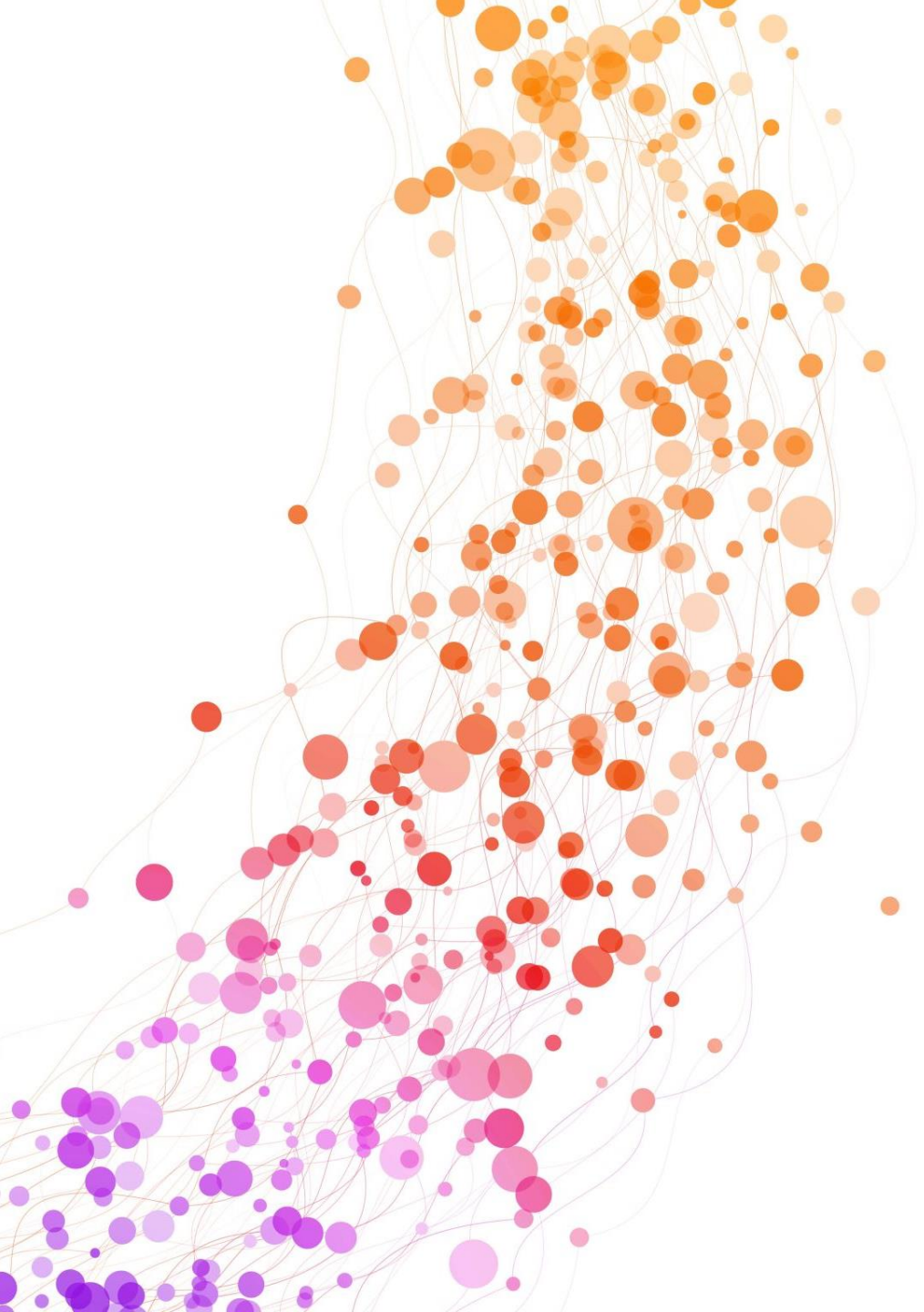




VUODEPESU

Riina Lindström

KUN AUTAT PESEYTYMISESSÄ:

- Intimiteettisuoja!
 - Seuraa vointia ja kannusta tekemään itse, mitä pystyy
 - Varmista veden sopiva lämpötila: ei liian kuumaa, mutta potilas ei saa myöskään palella
 - Älä hankaa ihoa
 - Tarkkaile ihoa, limakalvoja, kehoa -> raportoi
 - Aseptiikka: puhtaasta likaiseen
 - Käytä hanskoja, jos teet alapesuja, iho on rikki tai kosken limakalvoja, muuten ei tarvi hanskoja
-

VUODEPESUSSA TARVITTAVAT VÄLINEET

- Vettä vatiin
 - Pesulappuja
 - Kaksi pyyhettä (toinen vartalolle, toinen genitaaleille)
 - Pesuvoide tai perusvoide, jos iho kovin kuiva
 - Perusvoiden pesun jälkeiseen ihon hoitoon
 - Puhtaat vaatteet
 - Puhtaat petivaatteet
 - Suunhoitovälineet, kampa, parranajovälineet
 - Essu ja hanskat hoitajalle
-



1. ALOITA KASVOISTA

- Desinfioi kädet ja varaa välineet
 - Suojaa tyyny pyyhkeellä
 - Pelkkä vesi riittää
-
- 1. silmät ulkonurkasta sisänurkkaan
 - 2. otsa
 - 3. posket
 - 4. leuka
 - 5. suun ja sierainten alue
-

3. ALARAAJOJEN VUORO

Pese samoin
kuin yläraajat

Vikana varpaat
ja jalkaterät:
tarkista
samalla
varpaiden välit
ja jalkapohjat

- Voi pestä
vadissa, muista
kuivata huolella!

2. SEURAAVAKSI YLÄVARTALO



- Riisu paita ja pese kädet ja käsivarret: nosta asukkaan kättä ranteesta pestessä
 - Kainalot vikana
 - Sormet voi pestä laittamalla vesivadin vuoteen reunalle ja huljutella sormia, samalla saa liikehoitoa
- Rinnan ja vatsan alue: etene olkapäistä alaspäin, muista kyljet ja napa
 - Pesu pyörivin liikkein
 - Tarkista rinnan aluset jos tarpeen
- Selkä pestään kylkimakuulla ylhäältä pakaroihin asti (voit laittaa perusvoiteen jo tässä vaiheessa selkään)

4. INTIIMIHYGIENIA ELIKKÄS ALAPESUT

- Pelkkä vesi voi riittää: tarvitset kannun ja alusastian
 - Pesuaine voi tuhota limakalvojen hyödyllistä mikrobikantaa
 - Muista puhtaasta likaiseen!
 - Naisella pyyhitään häpyhuulet edestä taakse ja vikana peräaukon seutu
 - Miehillä ekana virtsaputken suu, sitten terska ja esinahka (jos ei ole ympärileikattu, esinahka pitää vetää taakse ja lopuksi takaisin paikoilleen). Sitten pestään penis ja kiveksen, vikana taas peräaukko
 - Kuivaa hyvin! Tarkista iho hyvin erityisesti, jos käyttää inkontinenssisuojaa
-

JOS PESET HIUKSET

- Pesumyssy käyttöön
- Hiusten kampaaminen ja laitto



PARRANAJO

- Useimmat miehet haluavat ajaa parran päivittäin
- Voit kysyä potilaalta miten on tottunut ajamaan parran
 - Jos käytössä höylä, etene kasvoilla alaspäin ja kaulalta ja leuan alta ylöspäin; muista kiristää ihoa toisella kädellä
 - Sähköinen kone helppo, muista puhdistaa harjalla käytön jälkeen

HOIDA SUU SAMALLA

- Käyty toisilla dioilla
- Moi t johanna ja sibu
- Moiksu t iida ja inka

VUODEPOTILAAN VUOTEEN SIJAAMINEN

1. Käsiäsi ja hanskat, vuoteen korkeuden säätö
 2. Varaa puhtaat vuodevaatteet
 3. Ota tyynyt pois vuoteesta, vaihda niihin puhtaat tyynyliinat ja laita hetkeksi odottamaan vaikka tuolille
 4. Auta asukas kyljelleen, kääri selän puolelta kaikki aluslakanat rullalle mahdollisimman lähelle asukkaan selkää
 5. Levitä puhtaat lakanat vuoteelle lähelle potilaan selkää, mutta ei saa osua likaisiin lakanoihin
 6. Auta asukasta kääntymään myttyjen yli toiselle kyljelle.
 7. Likaiset lakanat pyykkiin, puhtaat lakanat suoraksi
 8. Tee kulmat, tai pujota muotoonommeltu kulma paikoilleen, kiristä muut lakanat (poikkari jne)
 9. Tyynyt takaisin
 10. Peiton pussilakanan voi vaihtaa potilaan päällä, jos on viluinen tai pelokas
-