

Правильный уход за больным. Первые этапы реабилитации после инсульта.

Правильный уход за больным в острый период инсульта имеет чрезвычайное значение, потому что позволяет предупредить осложнения, связанные с нарушением мозгового кровообращения. Эти осложнения могут стать причиной ухудшения состояния и плохого исхода заболевания, если их не предотвратить. Дело в том, что нарушение работы мозга из-за инсульта, наряду с вынужденным длительным пребыванием в постели, при плохом уходе могут привести к воспалению легких, пролежням, мышечным контрактурам, тромбофлебитам. Этим осложнениям с успехом удается избежать, если сам больной и его близкие правильно выполняют рекомендации по уходу.

С первого дня необходимо измерять артериальное давление и записывать в дневник наблюдения. В первые 10 суток не следует быстро снижать его цифры, если оно не очень высокое. При артериальной гипотонии АД повышают до привычных для пациента "рабочих цифр". В течение нескольких суток больной должен находиться в горизонтальном положении со слегка приподнятыми ногами. Под стопы помещают упор. Если одна нога парализована, то она укладывается соответствующим образом.

Многие осложнения обусловлены обездвиженностью. Для предупреждения тромбоэмболии легочной артерии (закупорки тромбами из сосудов ног) используют эластичные чулки. Для предупреждения пролежней и пневмонии больного поворачивают в постели каждые 2-3 часа.

Питание для больных, перенесших инсульт, основано на принципах диеты при гипертонической болезни и атеросклерозе - заболеваний, лежащих в основе инсульта. В рационе нужно уменьшить количество животного жира, углеводов (сахара, варенья, компотов, джемов, белого хлеба и выпечки), поваренной соли. Еда должна быть богатой клетчаткой, витаминами, солями калия и магния. Все блюда готовят без соли, мясо и рыбу отваривают, а не жарят.

Борьба с запорами у больных с поражением нервной системы обязательна. Лечение включает обильное питье, естественные слабительные (отруби, чернослив, свекла), лекарства, массаж живота. Можно принимать вазелиновое масло по 30 мл 1-2 раза в сутки в течение нескольких дней, натощак - столовую ложку растительного масла, различные слабительные средства, согласно их аннотации. Массаж живота проводят поглаживающими круговыми движениями по часовой стрелке, медленно, слегка надавливая на брюшную стенку. При запорах иногда необходимы меры по формированию режима дефекации: ежедневные клизмы или свечи, вплоть до восстановления регулярного стула. Нужно стараться

выработать условный рефлекс на опорожнение кишечника в одно и то же время.

Меры по уходу предотвратят развитие осложнений, улучшат прогноз и качество жизни после инсульта. Приведенные рекомендации по уходу за больным после инсульта можно использовать с некоторыми индивидуальными поправками для любых неврологических больных.

Как правильно перевернуть пациента на больную сторону

- встать с той стороны от пациента, куда собираетесь его поворачивать;
- взяться за здоровое плечо, колено или таз (бедро) и помочь перевернуться.

Умение перевернуть больного необходимо для того, чтобы перестелить кровать. Для этого чистая простыня скатывается в виде валика и располагается с одной из сторон пациента. По мере того, как старая простыня скатывается в рулон, новая разворачивается. Потом больного переворачивают на другой бок, вытягивая обе простыни из-под него и продолжают замену на другой стороне постели. Простыня должна быть заправлена без морщин и складок. Укрывать больного одеялом надо таким образом, чтобы ему не было жарко и тяжело.

Как помочь больному переместиться к изголовью постели

- встать с больной стороны пациента;
- одной рукой обхватить таз пациента, а другую руку подложить под бедро или ягодицу больной стороны, склонившись так, чтобы своим плечом подпирать его больное плечо. Для удобства помощник может опереться ногой о кровать;
- когда больной приподнимается, то необходимо помочь поднять его больную сторону и быть опорой плечу. Если больному неудобно перемещаться к изголовью с вашей помощью или сидеть, то это происходит по следующим причинам:
- вы неправильно подложили свои руки под ягодицу и бедро больного;
- ваши действия не согласованы с больным.

Вставание с постели с посторонней помощью

Этап 1. Помощнику нужно встать с больной стороны и положить руки на здоровое колено и плечо пациента.

Этап 2. Следует помочь перевернуться на больную сторону.

Этап 3. Для того чтобы сесть, больной должен ладонью здоровой руки опереться о матрац на уровне плеча. Затем, отталкиваясь здоровой рукой, больной поднимает голову и садится в постели (ноги опущены).

Этап 4. Если самостоятельно больному выполнить третий этап трудно, то помощник кладет одну руку под лопатку с больной стороны пациента, другую - на бедро здоровой ноги.

Внимание! Нельзя держать больного за шею - это может привести к травме. Нельзя тянуть за больную руку, так как это травмирует плечевой сустав и может привести к вывиху.

Чтобы помочь встать из кресла пациенту, который может опереться на больную ногу, надо:

- встать с больной стороны, одну руку положить между лопаток или на поясницу, вторую - на колено больной ноги. Пациент должен сдвинуться к краю сиденья, ноги поставить на пол на ширину плеч, расположив ступни ближе к ножкам кресла;
- в момент вставания больного помощник должен слегка подтолкнуть его в спину и надавить на колени, чтобы помочь их выпрямить при вставании. Все действия помощника лишь регулируют попытку встать на ноги самому пациенту.

Способ помочь встать из кресла пациенту, которому трудно опереться на больную сторону

- пациент смещается на край кресла, ставит ступни на пол ровно на одном уровне на ширину плеч и ближе к ножкам кресла. Помощник встает лицом к пациенту так, чтобы его ноги были напротив больной ноги для ее фиксации;
- больной кладет свою здоровую руку на плечо помощника или обнимает его за талию. Помощник обхватывает пациента за талию или бедра;
- больной сильно наклоняется вперед и встает. Помощник помогает перенести вес тела на ступни и поддерживает больную сторону;
- затем пациент выпрямляется и распределяет равномерно вес тела на обе ноги.

Как правильно усадить больного

- встать с больной стороны пациента, свою руку положить на спину больного между лопатками и руководить его движениями;
- при необходимости второй рукой поддерживать колено больной ноги и регулировать движения.

Внимание! Под мышки больного поднимать нельзя - это травмирует плечо больной руки и вызывает боль.

Как правильно стоять с посторонней помощью

С помощником можно вставать и стоять, если сила в ногах обеспечивает устойчивость положения:

- помощник встает рядом с пациентом с больной стороны и руками обхватывает больного за талию или бедра. Ступня ноги помощника приставлена к носку больной ноги, а колено служит опорой больному колену;
- бедро больной ноги должно поддерживаться телом или рукой помощника, не давая ему согнуться.

Как правильно ходить по лестнице с посторонней помощью

Подъем по лестнице:

- больной должен опираться на здоровую сторону и следить, чтобы ступни полностью ставились на ступеньку и располагались параллельно друг другу;
- помощник должен встать позади больного с больной стороны, поддерживая одной рукой за бедра, а другой рукой держась за поручни, и только помогать движению, направляя бедра больного вперед и перемещая вес тела на здоровую ногу в момент подъема на ступеньку.

Внимание! Помощник помогает больному ставить ступню больной ноги на ступеньку, соблюдая правила безопасности.

Спуск с лестницы:

- больная нога пациента должна быть опорной. Ступни ставят на ступеньку полностью - параллельно друг другу;
- помощник встает перед больным, одна его рука на бедре пациента, другая - на перилах; и направляет движение бедер пациента вперед, помогая перемещать вес тела на больную ногу;
- можно помочь поставить больную ногу пациента на ступеньку.

Внимание! Помощник должен быть осторожным, потому что спускается по лестнице спиной вперед.

Источник: http://www.patronage.ru/insult/pr_care.html