

## Лекция 1

# Проблемы длительного пребывания в постели

**Вынужденное длительное снижение двигательной активности приводит к необратимым изменениям в организме человека.**

**Группа риска – пожилой возраст, хронические заболевания, заболевания нервной системы**



# Органы дыхания

## ОСЛОЖНЕНИЯ:

### **Гипостатическая (застойная)**

**пневмония** – воспаление легких, возникшее в результате скопления мокроты в дыхательных путях, из-за малой подвижности и длительного горизонтального положения

# Профилактика гипостатической пневмонии

- Для положения на спине - изголовье кровати должно **всегда** быть приподнято на 20-30 градусов
- Регулярная, частая смена положения тела (**положение на спине - нежелательно!**)  
Предпочтительно – на боку или полу-сидя)
- Физические упражнения (в т.ч. движения ступнями)
- Дыхательные упражнения
- Массаж грудной клетки и отстукивание со стороны спины несколько раз в день (просим при этом покашлять)
- Регулярное проветривание и влажная уборка помещения, в котором находится пациент
- Кварцевание помещения в период вирусных эпидемий

# Сердечно сосудистая система

## ОСЛОЖНЕНИЯ:

**Тромбоз** – образование сгустка крови в сосуде

**Тромбофлебит** –  
воспаление стенок вены



**Ортостатический коллапс** – резкое падение артериального давления из-за смены положения тела из горизонтального в вертикальное

**Обморок** – кратковременная потеря сознания

# Профилактика тромбоза

- Удобное положение конечностей, использование подушек и мягких валиков при укладывании
- Физические упражнения
- Применение компрессионного трикотажа

## Профилактика ортостатического коллапса и обморока

- Подготовка пациента к принятию вертикального положения при помощи физических упражнений и легкого массажа
- Внимательное отношение и наблюдение за пациентом во время проведения манипуляций

# Кожа и мягкие ткани

## ОСЛОЖНЕНИЯ:

**Опрелости**, - воспаление кожи в складках тела из-за плохой вентиляции и трения

## ПРОФИЛАКТИКА:



- Тщательная гигиена мест, подверженных риску образования опрелостей
- Использование подсушивающих и защитных средств, прокладывание в складках тела салфеток из х/б ткани
- Своевременная смена подгузника и нательного белья
- Регулярное изменение положения тела пациента, по возможности – усаживание
- Здоровое питание, употребление достаточного количества жидкости

# Кожа и мягкие ткани

**Мацерация** – размягчение и разрыхление тканей из-за длительного контакта с жидкостью

## Профилактика

- Своевременная смена подгузников и нательного белья
- Тщательная гигиена кожи
- Использование защитных кремов

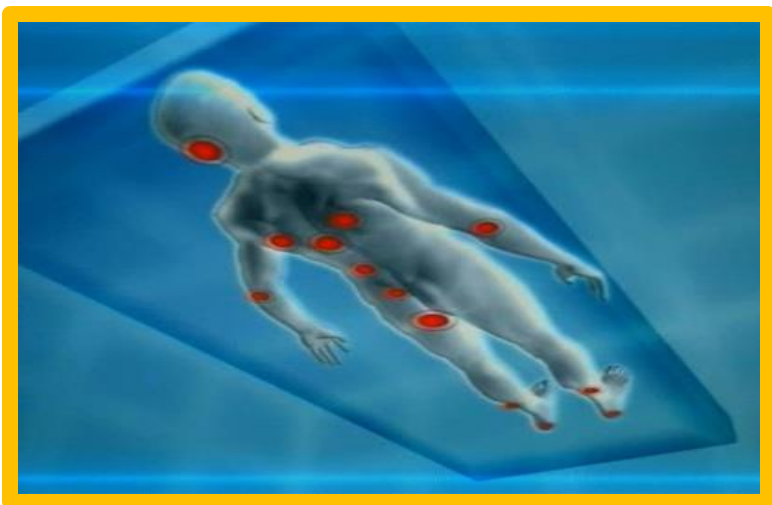




# Кожа и мягкие ткани

## ОСЛОЖНЕНИЯ:

**Пролежни** - некроз мягких тканей  
в результате сдавления или  
сдвига



# Профилактика пролежней

- Избегание ситуаций длительного сдавления и/или трения кожи о поверхность
- Соблюдение гигиены, регулярное мытье, своевременная смена памперса
- Уход за кожей пациента (применение питательных кремов)
- Сбалансированное питание
- Потребление достаточного количества жидкости

## Профилактика сдвига тканей

- Предотвращение ситуаций «сползания» пациента в постели
- Исключение вытягивания белья из-под пациента
- Использование правильных приемов перемещения, защита мест костных выступов своими руками при манипуляциях

# Профилактика сдавления

- Регулярное изменение положения тела пациента
- Исключение складок, крошек, мелких предметов в постели
- Применение противопролежневых матрасов, мягких валиков, подкладных кругов

# Опорно-двигательная система

## ОСЛОЖНЕНИЯ:



**Контрактура** – стойкое ограничение подвижности в суставе

**Анкилоз** – сращение суставных поверхностей, полная неподвижность в суставе

**Конская стопа** – вид контрактуры/анкилоза голеностопного сустава

## ПРОФИЛАКТИКА:

- Физические упражнения
- Создание мягкого упора, обеспечивающего средне-физиологическое положение стопы

## ОСЛОЖНЕНИЯ:

**Остеопороз** – разрежение костной ткани из-за снижения содержания кальция и других элементов, придающих прочность



## ПРОФИЛАКТИКА:

- Повышение двигательной активности
- Физические упражнения на преодоление сопротивления
- Правильное питание

# Мочевыделительная система

## ОСЛОЖНЕНИЯ:

**Риск мочекаменной болезни**

**Нарушение контроля мочеиспускания**

**Задержка мочеиспускания**

## ПРОФИЛАКТИКА:



- Контроль за регулярностью мочеиспусканий
- использование предметов и средств ухода
- Употребление жидкости в достаточном количестве
- Физические упражнения

# Пищеварительная система

## ОСЛОЖНЕНИЯ:

**Диспепсия** – нарушение пищеварения

**Признаки и жалобы** – обложенный язык, неприятный запах изо рта, жалобы на дискомфорт в кишечнике

**Запор** – задержка стула более 2-ух суток, нерегулярный и недостаточный стул

**Диарея** – стул более 3-ех раз в сутки, жидкий

**Стоматит** – воспаление слизистой оболочки

## ПРОФИЛАКТИКА:

- Здоровое питание
- Употребление жидкости в достаточном количестве
- Ведение дневника дефикации
- Регулярная гигиена полости рта



# Нервная система

## ОСЛОЖНЕНИЯ:

**Нарушение режима сна**

**Бессонница**

**Депрессия**

## ПРОФИЛАКТИКА:

- Соблюдение режима дня
- Задействование больного в дневное время
- Создание благоприятных условий для ночного сна (чистота, тишина, свежий воздух, приглушенное освещение)
- Терпеливое, внимательное доброжелательное отношение со стороны мед. персонала
- Применение успокоительных средств по назначению врача



# Сохранение личного достоинства

## ОСЛОЖНЕНИЯ:

**Притупление чувства собственного  
достоинства**

**Психологические нарушения**

## ПРОФИЛАКТИКА:

- Помощь в поддержании опрятного внешнего вида пациента
- Исключения случаев обнажения тела пациента без необходимости
- Информирование пациента и взятие согласия на проведение манипуляций
- Внимательное деликатное обращение со стороны мед. персонала