Význam starostlivosti o hygienu

Osobná hygiena je starostlivosť o seba samého a je zameraná na udržiavanie zdravia. Nedostatočná hygiena môže byť zdrojom komplikácií a dôvodom zhoršenia zdravotného stavu. Zvlášť dlhodobo ležiaci človek potrebuje zvýšenú hygienickú starostlivosť.

Hygienická starostlivosť je dôležitá z hľadiska:

* zdravotného (preventívneho) – čistá a dobre prekrvená pokožka lepšie dýcha,

nevznikajú na nej chorobné zmeny, spareniny a preležaniny,

* psychického – čistý človek má pocit uspokojenia a uvoľnenia,
* estetického – okolie lepšie znáša čistého človeka než zapáchajúceho potom a nečistotou,
* vypestovania hygienických návykov – pravidelnosť hygienických návykov najmú u seniorov.

Podľa zdravotného stavu rozdeľujeme pacientov do štyroch skupín:

1. chodiaci pacienti – hygienickú starostlivosť si zabezpečujú samostatne,
2. chodiaci pacienti odkázaní na pomoc – vyžadujú dohľad a kontrolu počas celého hygienického úkonu,
3. pohyblivý ležiaci pacienti – vyžadujú pomoc pri príprave prostredia a pomôcok, ale nevyžadujú asistenciu počas celého úkonu,
4. nepohyblivý ležiaci pacient – pomoc je potrebná počas celého hygienického úkonu.

[](https://www.google.sk/url?esrc=s&q=&rct=j&sa=U&url=https://www.hartmann.info/sk-sk/produkty/starostlivos%C5%A5-o-pacientov/hygienick%C3%A9-pom%C3%B4cky-pre-pacientov-a-person%C3%A1l&ved=2ahUKEwjS95HQo9z0AhXDhf0HHZ0IC4oQqoUBegQIDBAB&usg=AOvVaw2AssScgP4LbNtXjnlklSch)[](https://www.google.sk/url?esrc=s&q=&rct=j&sa=U&url=https://dennikn.sk/1781207/umyvanie-ruk/&ved=2ahUKEwixzfTIpNz0AhX4g_0HHRZXA_8QqoUBegQIBBAB&usg=AOvVaw0TR_mNUQh6ZUHdUCfC7x_h)

[](https://www.google.sk/url?esrc=s&q=&rct=j&sa=U&url=https://www.tualmed.sk/umyvadla-pre-leziacich-pacientov/umyvadlo-pre-leziacich-pacientov-plastove-ergonomicke-deluxe/&ved=2ahUKEwjS95HQo9z0AhXDhf0HHZ0IC4oQqoUBegQIDhAB&usg=AOvVaw2cXBmvWdDy36-S7-X8cXsF)

Zadanie úlohy:

1. Napíš, z akého hľadiska rozdeľujeme hygienickú starostlivosť.
2. Ktorí pacienti potrebujú pomoc počas celého úkonu?