

# **DENEYİMLİ HASTA YAKINLARINDAN TAVSİYELER**





### Banyo Yaptırma

Özenli davranıldığı sürece, trakeostomili ve gastrostomili hastalara banyo yaptırılmasında bir sakınca yoktur. Yaşadığınız evin şartlarına ve hastanın genel sağlık durumuna göre hastanızı daha kolay yıkayabileceğiniz bir sistem geliştirebilirsiniz.

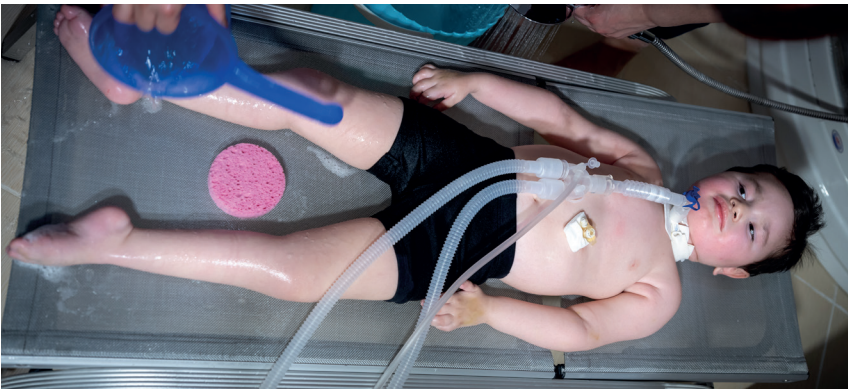
- Banyo öncesinde sırasında ve sonrasında, en az iki kişinin birbirini destekleyeceği şekilde iş paylaşımı yapınız.
- Düşme ve hastayı düşürme ihtimallerine karşı, zemine kaydırmayan malzemeler seriniz.
- Banyo öncesinde, hastaya ait havluları, kıyafetleri, pansuman malzemelerini ve ihtiyaç duyduğunuz diğer eşyaları hazırlayınız.
- Kullandığınız tıbbi cihazların elektrik ile temasını kesiniz.
- Su sıçraması ihtimaline karşı, cihazların üstlerini poşet ya da su geçirmeyen bir malzeme ile örtünüz.
- Temiz aspirasyon sondasını aspire cihazına takarak hazır bulundurunuz.
- Hastanın üşümemesi için oda ısısını ayarlayınız.
- Banyo öncesinde su sıcaklığını ateşölçerle ya da dirseğiniz ile kontrol ediniz.
- Banyoda kullanılacak lif, havlu gibi malzemelerinin sadece hastaya ait olmasına özen gösteriniz.
- Hastanın başını ve vücudunu narin hareketler ile yıkayınız.
- Trakeostomi kanülü içine su kaçmaması için özen gösteriniz. Tedbir amaçlı koruyucu aparatlar kullanabilirsiniz.
- Hastayı yıkarken pulse oksimetre kullanmıyorsanız,

banyo süresince dudak rengini ve göğüs hırıltısını takip ediniz.

- Hastanın sırt bölgesini hastayı yan çevirerek yıkayınız.
- Hastanın baş ve vücudunu durulayınız.
- Hastanın vücudu ıslakken taşımakta zorluk çekiyorsanız, hastanın kollarını sabitleyiniz.
- Hastayı yatağına alarak bakımını yapınız.
- Panik yapmadan, hızlı hareket ediniz.



## DENEYİMLİ HASTA YAKINLARINDAN TAVSİYELER



## 👁️ Göz Temizliği

- Ellerinizi hijyenik el yıkama kurallarına uygun olarak yıkayınız.
- Kaynatılmış soğutulmuş su ile spançı (steril gazlı bezi) ıslatınız.
- Gözleri içten dışa doğru siliniz.
- Göz içinde kirpik olup olmadığını kontrol ediniz.
- Her iki göz için farklı spanç kullanınız.
- Gözlerde kızarıklık, akıntı vb. olduğunda hekiminize başvurunuz.



## 👃 Burun Temizliği

- Ellerinizi hijyenik el yıkama kurallarına uygun olarak yıkayınız.
- Kaynatılmış soğutulmuş su ile spançı (steril gazlı bezi) ıslatınız.
- Burnu nazikçe silerek temizleyiniz.
- Burunda kuruluk varsa, aspirasyon işlemi sırasında burnu serum fizyolojik ile nemlendiriniz.

## DENEYİMLİ HASTA YAKINLARINDAN TAVSİYELER

- Burunda beslenme sondası (NG) varsa, aspirasyon işlemi esnasında çok daha hassas davranınız.



## ■ Kulak Temizliği

- Ellerinizi hijyenik el yıkama kurallarına uygun olarak yıkayınız.
- Kaynatılmış soğutulmuş su ile spançı (steril gazlı bezi) ıslatınız.
- Kulağın arkasını ve kepçe içini siliniz.
- Kulak içi temizliğinde sivri uçlu cisimler ya da kulak çubuğu kullanmayınız.
- Kulakta akıntı, kanama vb. görülürse, hekiminize başvurunuz.



## ■ Yüz Temizliği

- Ellerinizi hijyenik el yıkama kurallarına uygun olarak yıkayınız.
- Kaynatılmış soğutulmuş su ile spançı (steril gazlı bezi) sabunlayınız.
- Ilık sabunlu spançla hastanın yüzünü siliniz.
- Sabunlu spanç hastanın gözüne ve ağız içine temas ettirmemeye dikkat ediniz.
- Hastanın yüzünü ıslak temiz spanç ile durulayınız.
- Hastanın yüzünü kurulayınız.
- Yüz temizliğinde ıslak mendil kullanmayınız.
- Dudakları nemlendirmek için, dudak nemlendiricisi kullanınız.





### Ağız ve Diş Temizliği

Yatağa bağımlı ya da kendi ağız temizliğini kendi yapamayan hastalarda ağız mukozasını korumak ve enfeksiyon oluşumunu önlemek amacıyla ağız ve diş temizliği bir yardımcı tarafından her gün düzenli olarak yapılmalıdır.

Özellikle trakeostomili hastalarda görülen yutma güçlüğüne bağlı olarak, tükürük ağızda birikir ve zararlı organizmaların üremesi için uygun ortam oluşmasına neden olur. Ağız bakımının düzenli ve uygun koşullarda yapılması pek çok hastalığın önlenmesini sağlar ve hastayı rahatlatır.

- Ağız içinde bulunan sekresyon temizlendikten sonra ağız bakımına başlayınız.
- Ağız bakım çubuklarını kitin içindeki solüsyon ile ıslatınız. Ağız yanak, damak, dil, dil altı ve üstü, kısımlarını yumuşak hareketlerle temizleyiniz.
- Diş yüzeylerini temizleyiniz.
- Diş etlerini dişe doğru temizleyiniz.
- Ağız içi temizlendikten sonra yine kit içinde bulunan jeli ağız içine sürerek ağız mukozasının nemli kalması sağlayınız.





- Son olarak dudakları nemlendirerek işlemi sonlandırınız.
- Ağız bakım kitleri yoksa ağız bakımını evde hazırlanan karbonatlı su yardımı ile yapılabilirsiniz.
- Ellerinizi yıkayınız ve eldiven giyiniz.
- Kaynatılmış soğutulmuş bir bardak suya bir tatlı kaşığı karbonat atınız.
- Baş parmağınıza gazlı bez sararak, karbonatlı su ile yukarıda anlatılan şekilde ağız içini temizleyiniz.
- Dudakları nemlendirerek işlemi sonlandırınız.



## Tırnak Bakımı

- Tırnak kesimi ve bakımını düzenli aralıklarla yapınız.
- El tırnaklarını yarım ay, ayak tırnaklarını düz biçimde kesiniz.
- Tırnakları dipten kesmemeye özen gösteriniz.
- Tırnak aralarını temizleyiniz.
- Tırnak batması gelişirse hekiminize başvurunuz.



### ■ Saç Bakımı

- Hastanın saçlarını haftada en az 1 kez yıkayınız.
- Hastanın saçlarını her gün tarayınız.
- Saç kurutma makinesi ile kurutma yaparken hastanın kulak ve saç dersini yakmamak için makineyi uzak mesafede tutunuz.
- Uzun saçlı hastalarda saç derisinde yatak yarası oluşumu başlayıp başlamadığını her gün kontrol ediniz.
- Saç kesimini hastanın yaşına ve cinsiyetine uygun olacak şekilde düzenli aralıklarla yapınız/yaptırınız.
- Saç kesilirken trakeostomili hastalarda kanül içine saç parçalarının kaçmasını önlemek için azami ölçüde dikkat gösteriniz. Saç kesimi sırasında hastayı mutlaka ventilatöre bağlı tutunuz.
- Kesim sonrası hastanın vücudunda saç kalmaması için yıkama ve durulama işlemini birkaç kez tekrarlayınız.
- Saç kesim işlemi için bulunduğunuz ildeki 'Evde Sağlık Hizmetleri' ya da yerel yönetimler ile iletişime geçebilirsiniz.





## Yatak Yaraları

- Uzun süre yatan hastaların kulaklarını, başlarının arka bölümlerini, omuzlarını, dirseklerini, kürek kemiklerini, kuyruksokumunu, kalça kemiklerini, dizlerini, topuklarını kızarıklık başlaması açısından günlük olarak kontrol ediniz.
- Hastanın kişisel temizliğine özen gösteriniz.
- Hasta terlediğinde kıyafetlerini ve ihtiyaç duyuluyorsa çarşafını değiştiriniz.
- Pamuklu nevresim takımı ve kıyafet kullanınız.
- Çarşafın gergin olmasına dikkat ediniz.
- İhtiyaç duyulursa havalı yatak kullanınız.
- Gündüzleri en az 2 saatte bir, gece ise 4-5 saati geçmeyecek şekilde hastanın pozisyonunu değiştiriniz.
- Bası bölgelerinde önlem alınmadığında kızarıklık hızlı bir şekilde yatak yaralarına dönüşebilir. Kızarıklık ya da yara gördüğünüzde hekiminize başvurunuz.



## İlaç Kullanımı

İlaçları uygun koşullarda saklayınız.  
İlaç kullanımından önce son kullanma tarihlerini kontrol ediniz.  
İlaçları doktorunuzun önerdiği şekilde kullanınız.

İlaçları enteral beslenme ürünlerine ya da birbirine karıştırmayınız.  
Gastrostomi peginden ilaç verdiğinizde arkasından mutlaka su veriniz.  
Hekim tavsiyesi olmadan hastanıza ilaç vermeyiniz.



### ■ Acil Durumlar

- Acil durumlarda soğukkanlılığınızı korumaya çalışınız.
- İhtiyaç duyduğunuzda 112 Acil Çağrı Merkezini arayınız.
- Acil durumlarda ev adresi gibi bilgileri hatırlamayabilirsiniz. Bu sebeple kolay ulaşılabilir ve görünür bir yerde, acil durum telefon numaralarının, hastaya ait ad-soyad, adres, kimlik numarası bilgilerinin ve hastalığa ilişkin bilgilerin yer aldığı bir bilgi kartı bulundurunuz.
- Acil durumlarda hastaneye gitmek için hazırda çanta bulundurunuz. Çantanın içine ambu, aspirasyon sondası, kanül gibi ihtiyaç duyabileceğiniz malzemeleri koyunuz.
- Acil durumlarda size destek olabilecek yakınlarınız ya da komşularınızı daha önceden olası bir acil durumda nasıl yardımcı olabilecekleri hakkında bilgilendiriniz.

### ■ Genel Bakım

- Hastanın kaldığı odayı günlük olarak temizleyip havalandırınız.
- Temizlik esnasında hastayı odadan dışarı çıkarınız.
- Hastayı çıkarma şansınız yoksa, elektrik süpürgesi çalışırken hastayı ventilatöre bağlayınız.
- Şartlarınız dahilinde hastanın güneş ışığı alan, aydınlık bir odada kalmasına gayret ediniz.
- Acil durumlarda ihtiyaç duyacağınız malzemeleri (yedek trakeostomi kanülü, oksijen tüpü, ambu vb.) kolay erişilebilir yerlerde bulundurunuz.



Bu malzemelerin yeri ile ilgili gerekli bilgiyi diğer aile bireyleriyle paylaşınız.

- Yüksek gerilim riskine karşı, tıbbi cihazların zarar görmemesi için akım korumalı priz tercih ediniz.

- Elektrik kesintisi ihtimaline karşı kolay ulaşabileceğiniz bir yerde el feneri bulundurunuz.



- Gastrostomi pegi ara hortumunu günde 2 kez sıcak su ile yıkayınız.

- Ventilatör nemlendiricisi (humidifer) için distile su kullanınız ve gün içinde su seviyesini kontrol ediniz.

- Ventilatör ve konsantratör filtrelerini temizleyiniz. Filtrelerin kullanım sürelerine uygun olarak değişimini yapınız.

- Devre hortumu, aspirasyon kavanozu, katater mouth gibi sarf malzemelerini önerilen sürelerde değiştiriniz.

## DENEYİMLİ HASTA YAKINLARINDAN TAVSİYELER

- Enteral beslenme setlerini günlük değiştiriniz. Yeni set taktığınızda ya da mama/su eklediğinizde set içindeki havayı mutlaka alınız.
- Hastaya verilecek enteral beslenme solüsyonunun (mama) ve suyun oda sıcaklığında olmasına dikkat ediniz.
- Enteral beslenme solüsyonunu kesinlikle kaynatmayınız.
- Hastayı enjektör ile besliyorsanız, mamayı beslenme enjektörü içine hava kalmayacak şekilde çekiniz. Mamayı, acele etmeden belirli bir hızda ve yavaş yavaş veriniz.
- Açılan solüsyon oda sıcaklığında en fazla 4, buzdolabında ise 24 saat bekleyebilir. Bu sreler geçtiğinde solüsyonu kullanmayınız.
- Hastanın kıyafetlerini değiştirirken nazik davranınız.
- Aspire cihazı kavanozunu günde en az 2 kez yıkayınız.
- İhtiyaç duyuyorsanız bakım etelesi tutunuz.







**Ece Soyer Demir**

*SMA Hastalığı ile Mücadele Derneđi  
Yönetim Kurulu Başkan Yardımcısı*