**HASTANIN KİŞİSEL BAKIMI SINAV**

1. **Öz bakım nedir? Tanımlayınız.**

**Öz bakım,** bir bireyin kendi bakım işlevlerini gerçekleştirme yeteneğini ifade eder. Bu işlevler banyo yapma (vücut temizliği), beslenme, tuvalet ihtiyacını giderme ve başkalarının yardımı olmadan giyinebilmedir.

1. **Hijyen nedir? Tanımlayınız.**

**Hijyen,** öz bakım uygulamalarında sağlık kurallarına uyulmasıdır. Başka bir deyişle **hijyen**,sağlığa zarar verecek ortamlardan korunmak için yapılacak uygulamalar ve alınan temizlik önlemlerinin bütünüdür.

1. **Kontaminasyon (kirlenme) nedir? Tanımlayınız.**

**Kontaminasyon (kirlenme):** İstenmeyen zararlı maddelerin ve mikroorganizmaların herhangi bir yolla vücuda, besinlere, eşyalara vb. bulaşmasıdır.

1. **Temizlik nedir? Tanımlayınız.**

**Temizlik:** Bir yüzey üzerinde mekanik ya da kimyasal etki gösteren ve estetik yönden görünümü

bozan her türlü kirin ortamdan uzaklaştırılmasıdır.

1. **Antisepsi nedir? Tanımlayınız.**

**Antisepsi:** Hastalık yapan mikroorganizmaların üremelerini durdurmak veya öldürmek için canlı doku üzerine kimyasal maddelerin uygulanmasıdır. Antisepsi için kullanılan kimyasal maddelere antiseptik denir.

1. **Dezenfeksiyon nedir? Tanımlayınız.**

**Dezenfeksiyon:** Cansız maddeler üzerinde bulunan hastalık yapan mikroorganizmaların ortadan kaldırılmasıdır. Dezenfeksiyon işlemi için kullanılan kimyasal maddelere **dezenfektan** adı verilir.

1. **Kişisel hijyen nedir? Tanımlayınız.**
2. **Kişisel hijyen,** kişilerin kendi sağlıklarını korumak ve devam ettirmek için uymak zorunda oldukları öz bakım uygulamalarıdır. Öz bakımını ve hijyenik bakımını bağımsız olarak gerçekleştirebilmek kişinin sağlığını ve ruhsal durumunu olumlu yönde etkiler.
3. **Kişisel hijyen kapsamı içinde neler vardır ?Yazınız**

· Vücut bakımı ve temizliği,

· Yüz temizliği,

· El temizliği,

· Ayak temizliği,

· Kulak temizliği,

· Saçların temizliği,

· Ağız-diş bakımı,

· Tuvalet alışkanlığı ve temizliği,

· Giyim hijyeni yer almaktadır.

1. **Hijyenik uygulamalarının amaçlar nelerdir? Yazınız.**

* Vücut salgılarının, atıklarının ve mikroorganizmaların vücuttan uzaklaştırılması yoluyla temizliği sağlamak
* Bireyin rahatlamasını, dinlenmesini, gevşemesini ve kas gerilimini azaltmak
* Vücuttaki kötü kokuları (ter kokusu vb.)gidermek
* Bireyin genel görünümünü olumlu hâle getirmek, kendine olan güvenini arttırmak
* Deri sağlığını sürdürmek ve geliştirmek

1. **Öz bakım uygulamalarında sağlık bakım elemanının görevleri nelerdir? Yazınız.**

* Hijyenik bakım malzemelerinin hazırlanmasını ve işlem bitiminde kaldırılmasını sağlamak
* Hemşire planlaması ile aşağıdaki işlemleri yapmak ya da yapan hastaya yardımcı olmak
* El yüz bakımı yapmak
* Diş fırçalamak
* Saç yıkamak
* Katateri olmayan hastada perine bakımı yapmak
* Tırnak kesmek
* Vücut temizliği yapmak yardımcı olmak

1. **El yıkama neden önemlidir? Yazınız.**

Eller ve tırnaklar mikroorganizmaların vücuda taşınmasında önemli rol oynamaktadır. El temizliği kişisel hijyenin ilk adımı olması itibariyle çok önemlidir.

Çevre ile sürekli temas hâlinde olan eller yoluyla taşınan mikroorganizmalar basit bir soğuk algınlığından öldürücü birçok hastalığın gelişimine neden olabilmektedir.

1. **Hangi durumlarda eller mutlaka yıkanmalıdır?**

* Tuvaletten önce ve sonra
* Besinlere ve mutfak malzemelerine temastan önce
* Çiğ et, sebze ve yumurtaya dokunduktan sonra
* Artık besinler ve çöplere dokunduktan sonra
* Öksürme, aksırma ve mendil kullandıktan sonra
* Yemekten önce ve sonra
* Saçlara dokunup taradıktan sonra
* Bir eşyanın taşınması veya temizlenmesinden sonra
* Hayvanlarla temastan sonra
* Parayla temastan sonra
* Kirli araç gereçlere dokunduktan sonra
* Gözle görülür kir varlığında
* Hasta ile her temas öncesinde ve sonrasında
* Hasta bakımında kullanılan aletlere temas öncesinde ve sonrasında
* Eldiven giyme öncesinde ve sonrasında
* Hasta çevresi ile temas öncesinde ve sonrasında
* Her türlü vücut sıvısı, kan ve atıklarla (idrar, balgam vb.) temastan sonra

1. **Kaç türlü El yıkama işlemi vardır?Yazınız.**

\* Sosyal el yıkama, \* Hijyenik el yıkama, \* Cerrahi el yıkama teknikleriyle yapılır.

1. **Kişisel öz bakım uygulamalarında standart el yıkama işlemi yeterlidir. Standart ( sosyal) el yıkama işlemi sırayla nasıl yapılır? Yazınız.**

* El yıkama öncesinde takılar (yüzük, bileklik vb.)çıkarılır.
* Akmakta olan suyun altında eller ıslatılır. Yeterli miktarda sabun alınır.
* Bilekler, avuç içi, ellerin sırt ve parmak araları ile tırnakların kenar ve uçları sabun ile köpürtülerek en az 20 saniye kuvvetlice ovuşturulur.
* Eller su altında iyice durulanır.
* Eller bileklerden başlayarak kâğıt havlu ile kurulanır.
* Aynı kâğıt havlu ile musluk kapatılır.

1. **Hastanın El- Tırnak Temizliği Ve Bakımında Kullanılan Malzemeler Nelerdir? Yazınız.**

* Sıvı veya katı sabun
* Sıcak su (37,5- 40 derece)
* Eldiven
* Ilık su
* % 70 lik alkol
* Küvet
* Böbrek küvet
* Su geçirmez örtü / muşamba
* Kâğıt veya kumaş havlu
* Tırnak makası
* El losyonu veya kremi

1. **El Bakımı Uygulama Basamakları Nelerdir? Yazınız.**

* Gerekli malzemeler hazırlanır ve eller, el yıkama standardına göre yıkanır, eldiven giyilir.
* Hastaya işlem hakkında bilgi verilir ve hastadan izin alınır.
* Malzemeler için uygun ve temiz bir alan seçilir.
* Malzemeler kolay ulaşılabilir bir yere yerleştirilir.
* Yakın taraf yatak kenarlıkları indirilir.
* Hastaya rahat edebileceği bir pozisyon verilir.
* Hasta öz bakım gereksinimleri yerine getirilirken direnç gösteriyorsa birkaç dakika beklenir sonra tekrar denenir.
* El küvet içindeki sabunlu su ile yıkanır (Küvetin altına muşamba serilerek yatağın ıslanması önlenir.) Daha sonra temiz su ile durulanır, havlu ile nazikçe kurulanır.
* Gerekirse tırnak bakımı yapılır. El tırnakları yuvarlak şekilde kesilmeli, tırnakta sertleşme varsa suda bekletildikten sonra kesilmelidir. Tırnak kesiminin ardından eller tekrar yıkanmalıdır.
* Eller ve tırnaklar losyon ile yağlanır.
* Ellere masaj yapılır.
* Yaşlı, bilinci kapalı ve çocuk hastaların öz bakım gereksinimleri tamamlandıktan sonra yatak kenarlıkları kaldırılır.
* Bakım sonrası malzemeler temizlenerek tekrar kullanıma hazırlanır.

1. **El Temizliğinde Dikkat Edilecek Noktalar Nelerdir? Yazınız.**

* Hastanın genel durumu iyiyse uygulamaya katılma konusunda teşvik edilmelidir.
* Kullanılacak sabun cildi kurutmamalı, tahriş etmemeli ve alerji yapmamalıdır. Sabunun pH’ı 5,5- 6,5 aralığında olmalıdır.
* Mümkünse sıvı sabun kullanılmalıdır.
* Parmak araları, varsa takı altları ve bileklere kadar tüm el yıkanmalıdır.
* Uygulama yapılırken sert hareketlerden kaçınılmalıdır.
* İşlem sırasında hastanın bilinci yerindeyse konuşarak iletişim sağlanmalıdır.
* Kullanılacak havlu yumuşak olmalı, kumaşkullanılacaksa kişiye özel ve temiz olmalıdır. Mümkünse kağıt havlu tercih edilmelidir.
* Tırnak kesimi ve bakımında kullanılan aletler kişiye özel olmalıdır. Kişiye özel alet kullanımı bazı bulaşıcı hastalıkların (Örneğin AIDS, Hepatit ) önlenmesinde önemli rol oynar.
* Kullanım sonrasında tırnak makası alkol dökülerek temizlenmelidir.

1. Bu nedenle yüz temizliği özel önem taşır. Yüz temizliğinin amacı **kirleri uzaklaştırmak**, **dolaşımı uyarmak** ve **kişiyi rahatlatmaktır.**
2. **Yüz Temizliği Ve Bakımında Kullanılan Malzemeler Nelerdir? Yazınız.**

* Yüz temizliği için kullanıma uygun pH’ı5,5 olan sabun
* Yumuşak havlu veya kağıt havlu
* Sıcak su
* Sabunlama Bezi (iki adet)
* Ilık su
* Su geçirmez örtü / muşamba
* Böbrek küvet
* Eldiven
* Yüze uygun nemlendirici krem veya losyon

1. **Yüz Bakımı Uygulama Basamakları Nelerdir? Yazınız.**

* Gerekli malzemeler hazırlanır ve eller, el yıkama standardına göre yıkanır, eldiven giyilir.
* Hastaya işlem hakkında bilgi verilir ve hastadan izin alınır.
* Malzemeler için uygun ve temiz bir alan seçilerek kolay ulaşılabilecek biçimde yerleştirilir.
* Yatak etrafına perde ya da paravan çekilir.
* Yakın taraf yatak kenarlıkları indirilir.
* Hasta oturur pozisyona alınır. Sırtı yastık ile desteklenir. Hasta oturur pozisyona alınamıyorsa başı yana çevrilir. Muşamba, çevrenin ıslanmaması için nevresim üzerine serilir.
* Sabunlama bezi ıslatılıp ele sarılır. Bezin ucu ile önce uzak taraf göz kapağı içten dışa, sonra yakın taraf göz kapağı bezin diğer ucu ile aynı şekilde silinir.
* Tekrar sabunlanan bez ile önce alın, sonra burnun üstü ve kenarları, yanaklar ve çene silinir, durulanır ve kurulanır.
* Yüze nemlendirici krem veya losyon sürülür.
* Bakım sonrası malzemeler temizlenerek tekrar kullanıma hazırlanır.

1. **Yüz Temizliğinde Dikkat Edilecek Noktalar Nelerdir? Yazınız.**

* Kullanılacak havlu yumuşak olmalı, kumaş kullanılacaksa kişiye özel ve temiz olmalıdır. Mümkünse kağıt havlu tercih edilmelidir.
* Yüz, hafif tampon yapılarak silinmelidir.
* Hastanın yüz bakımı yapıldıktan sonra sağlık personeli ellerini yıkamalıdır.

1. Ağız bakımına dikkat edilmediği takdirde **ağız kokusu, diş çürükleri, diş eti rahatsızlıkları ve kalp hastalığına** varacak derecede önemli hastalıklar görülebilir.
2. **Diş** ve **diş etlerinin** temizlenmesi ağız bakımı ile sağlanır.
3. Yetersiz sıvı alımı, ağızdan solunum yapılması, tükürük yapımını engelleyen hastalıklar ve bazı ilaçlar ağız mukozasının kurumasına neden olur.
4. Yatağa bağımlı hastaya sabah ve akşam ağız bakımı verilir. Ağız bakımının sıklığı, hastanın durumuna göre arttırılabilir. Hasta yatağa bağımlı fakat ellerini kullanabiliyorsa hastaya eğitim verilip ağız bakımına yardımcı olması sağlanır.
5. **Ağız Bakımı Uygulamanın Amaçları Nelerdir? Yazınız.**

* Ağız mukozasının bütünlüğünü sağlamak
* Ağız, dil, diş ve diş etlerini temizlemek, ağız sağlığını sürdürmek
* Ağız içindeki rahatsız edici tat ve kokuyu gidermek
* Ağızda enfeksiyon ve yara oluşumunu önlemek
* Takma dişlerin temizliğini sağlamak
* Diş çürümesi ve diş kaybını önlemek
* Hastada temizlik ve rahatlığın oluşmasını sağlamak
* Bireyin doğru ağız hijyeni uygulamalarını öğrenmesini sağlanmak
* Ağız bakımı sırasında dişler fırçalanacağı için doğru diş fırçalama tekniğine dikkat edilmeli ve bukonuda hasta eğitilmelidir. Diş temizliği yapılırken tekniğe uygun olarak diş ipi kullanılmalıdır.

1. **Diş Fırçalama Uygulama Basamakları Nelerdir? Yazınız.**

* Eller yıkanır. Diş fırçasının üzerine küçük birmiktar diş macunu konur.
* Diş fırçası 45 derecelik açı yapacak biçimde tutulur ve diş eti hizasından başlanarak ağız boşluğuna doğru fırçalamaya başlanır.
* Diş fırçalamada sırasıyla;
* Sağ üst çene, üst arka dişlerden çene orta hattına kadar
* Sol üst çene, üst arka dişlerden çene orta hattına kadar
* Sağ alt çene, alt arka dişlerden çene orta hattına kadar
* Sol alt çene, alt arka dişlerden çene orta hattına kadar
* Üst ve alt ön dişler
* Yukarıdaki sıra ile dişlerin iç yüzü
* Sağ yanak mukozası
* Sol yanak mukozası
* Damak ve dil üzeri fırçalanır.
* Dış yüzeylerden başlayan fırçalama sert darbeler hâlinde değil, yumuşak ve daireler çizecek şekilde yapılır.
* Bakteri plağı ve yiyecek artıklarının yoğunolduğu dişlerin arka yüzleri fırçalanırken fırça eğik tutularak diş etinden ağız boşluğuna doğru hareket ettirilir.
* Daha sonra dişlerin çiğneme yüzeyleri fırça düz olarak ileri geri hareket ettirilerek fırçalanır.
* En son dil nazikçe temizlenir.
* Fırçalama işlemi bittikten sonra ağız 1-2 kezçalkalanır.
* Diş fırçası yıkanır.

1. **Diş ipi uygulama Basamakları Nelerdir? Yazınız.**

* Eller yıkanır. 20 cm kadar diş ipi alınır.
* Diş ipinin bir bölümü bir elin orta parmağına, diğer ucu da diğer elin orta parmağına dolanır. İpin bir bölümü (yaklaşık 3-4 cm) ortada kalmalıdır.
* Ortada kalan ip bölümü işaret parmağı ile geriye doğru itilir. Diş ipi dişlerin arasından yavaş hareketlerle ve kontrollü olarak geçirilir.
* Diş etini yaralayacak sert hareketlerden kaçınılır.
* Diş ipi bir dişin yan yüzünden aşağıya indirilip diğer dişin yan yüzünden yukarı doğru uygulanır. Diş ipi önce üst çene sonra alt çene olmak üzere tüm diş aralarına uygulanır.
* İşlem sonrası hastanın ağzı bol su ile çalkalanır.
* Hastanın ağzını silmesine yardım edilir.

1. **Hastanın Ağız BakımındaMalzemeler Nelerdir? Yazınız.**

* Diş fırçası ve diş macunu
* Diş ipi
* Bir bardak su
* Böbrek küvet
* Kâğıt havlu
* Su geçirmez örtü
* Eldiven
* Dudaklar için yağlı krem

1. **Ağız Bakımı Uygulama Basamakları Nelerdir? Yazınız.**

* Eller, el yıkama standardına göre yıkanır, eldiven giyilir.
* Hasta işlem hakkında bilgilendirilir ve hastanın izni alınır.
* Malzemeler için uygun ve temiz bir alan seçilir, malzemeler kolay ulaşılabilir biçimde yerleştirilir
* Yatak etrafına paravan veya perde çekilir. Oda kapısı kapatılır.
* Çalışılacak taraftaki yatak kenarlıkları indirilir. Yatağın başı yükseltilir. Hastaya oturur pozisyon verilir.
* Hastanın çenesini altına su geçirmez örtü veyahavlu tüm göğsü kaplayacak şekilde yerleştirilir.
* Hastanın dişleri protez ise çıkartılır ve kapalıkap içine yerleştirilir.
* Bir dil basacağı yardımıyla dudaklarınbütünlüğü, diş etleri, ağız içi mukozası, damağı ve dili gözlemlenir.
* Ağız için risk oluşturabilecek durumlardeğerlendirilir.
* Böbrek küvet hastanın çenesinin altına gelecek şekilde, su geçirmez örtünün üzerine yerleştirilir. Hasta ellerini kullanabiliyorsa böbrek küveti tutması sağlanır.
* Diş fırçasının üzerine nohut büyüklüğünde diş macunu konur.
* Hasta ellerini kullanabiliyorsa fırça eline verilerek dişini fırçalaması sağlanır. Diş fırçalamayı tekniğine uygun yapamıyorsa anlatılır.
* Ellerini kullanamıyorsa dişler fırçalanır.
* Hastanın ağzı su ile çalkalatılarak suyu böbrek küvete boşaltması söylenir.
* Çalkalama işlemi birkaç kez tekrar edilir.
* Gerekli durumlarda diş ipi kullanılır.
* Diş ipi kullanıldıktan sonra da su verilerek hastanın ağzını su ile çalkalaması sağlanır.
* Böbrek küvet ve çenesinin altındaki bez / havlu alınır.
* Hastanın ağzını silmesine yardım edilir.
* Hastanın dudakları kuru ise nemlendirici sürülür.
* Hastaya durumuna uygun pozisyon verilir.
* Atıklar uygun şekilde atılır.
* Eller el yıkama standardına göre yıkanır.
* Tüm bulgu ve gözlemler gözlem formuna kayıt edilir.
* Elde edilen veriler ekip üyeleriyle paylaşılır.
* Malzemeler temizlenir ve tekrar kullanıma hazır duruma getirilir.

1. **Ağız Bakımında Dikkat Edilecek Noktalar Nelerdir? Yazınız.**

* Hasta, ağız bakımını kendisi yapabiliyorsa günlük ağız bakımını yapması konusunda teşvik edilmelidir.
* Ağız bakımı, günlük öz bakım gereksinimleri standardına göre günde dört kez yapılmalıdır.
* Yoğun bakımda tedavi gören hastalarda diş,yanak ve dili kapsayacak şekilde mekanik temizlik yolu ile iyi bir ağız hijyeni sağlanmalıdır.
* Klinik durumu uygun olan hastaların temel ağız bakımı için günde iki kez flouridli macun ile diş fırçalama önerilmelidir.
* Hareket kısıtlılığı olan ya da yatağa bağımlı hastalarda ağız bakımı yatak içinde yapılmalıdır.
* Diş fırçası yumuşak olmalıdır.
* Diş fırçası gibi küçük nesneleri kavramakta zorluk çeken hastalarda sapı daha geniş olduğundan elektrikli diş fırçası kullanılabilir ya da diş fırçasının sapına gazlı bez sarılarak hastanın kavraması kolaylaştırılabilir.
* Diş ipini ilk kullanımda kolay uygulamak amacıyla mumlu diş ipleri tercih edilmeli ya da diş ipi kürdan kullanılmalıdır.
* Tüm işlem boyunca, dişler, yanak mukozası dil gözlenmeli, herhangi bir yara varlığı, renk değişikliği ve dudakların durumu değerlendirilmelidir.
* Ağız içinde plak varsa ağız bakımı jel veya köpük ağız bakım solüsyonları ile günde iki kez çalkalama şeklinde yapılmalıdır.
* Hastada dudak kurumasını önlemek için dudak nemlendiricileri kullanılması önerilmelidir.

1. **PROTEZ (TAKMA) DİŞLERİN BAKIMI**

Protezi olan hastalarda, yiyecek artıkları ve protez altındaki dokularda gelişen enfeksiyon nedeniyle ağız kokusu oluşabilir. Aynı zamanda protez dışındaki diğer dişlerde de çürüme veya diş eti hastalıkları varsa ağız kokusu ve enfeksiyon oluşabilir. Bu nedenle protezlerin ve ağzın düzenli olarak bakımı gerekir.

Protezler her yemekten sonra ve özellikle gece yatmadan önce çıkartılarak temizlenir ve gece temizliğinden sonra içinde su bulunan ağzı kapaklı kapta saklanır.

1. **PROTEZ (TAKMA) DİŞLERİN BAKIMI UYGULAMANIN GENEL AMAÇLARI**

* Ağız kokusunu gidermek
* Ağız enfeksiyonlarını önlemek
* Hastanın ağız temizliğini ve rahatlığını sağlamak

1. **PROTEZ DİŞLERİ BAKIMINDA** K**ULLANILAN MALZEMELER**

* Diş fırçası ve protez fırçası
* Diş macunu
* Dil basacağı (abeslang)
* İçinde su bulunan protez kabı
* Bir bardak su
* Gaz bezi
* Protez için sabun / özel temizleme solüsyonu
* Havlu
* Tedavi bezi muşambası
* Böbrek küvet
* Atık torbası
* Eldiven

1. **PROTEZ DİŞLERİN BAKIMI**

* Protezler özellikle gece yatmadan önce çıkarılarak temizlenir.
* Hastanın takma dişlerini temizlemede yardıma ihtiyacı olup olmadığı tespit edilir.
* Eller yıkanır, kurulanır. Tek kullanımlık eldiven giyilir.
* Hastanın çenesinin altına tedavi bezi ve muşambası, tüm göğsü kaplayacak şekilde yerleştirilir.
* Hastanın diş etleri, dili ve damağı yumuşak diş fırçası veya gaz beze sarılı dil basacağı ile temizlenir ya da ağız solüsyonla çalkalanır. Ağızda diş varsa onların temizliği de sağlanır. Hastanın ağzına su verilerek çalkalatılır ve böbrek küvete boşaltması sağlanır.
* Tedavi bezi ve muşambası kaldırılır.
* Hastanın ağzı kurulanır.
* Hastanın protezleri takılır. Diş etlerini dinlendirmek için takılmayıp ağzı kapaklı, içinde su bulunan kapta bekletilen protez dişler, hastanın ağzına takılmadan önce ağız içi mutlaka yumuşak bir fırça ile fırçalanır ve su ile iyice durulanır.
* Protez dişler ağız içine yerleştirilirken önce üst dişler sonra alt dişler yerleştirilir
* Hastaya uygun pozisyon verilir.
* Atıklar uygun şekilde atılır.
* Malzemeler temizlenir ve tekrar kullanıma hazır duruma getirilir.
* Eldivenler çıkartılır.
* Yapılan işlem gözlem formuna kaydedilir.

**ÖZEL AĞIZ BAKIMI**

Bilinci kapalı hastaların ağız mukozasının kurumasına bağlı olarak oluşabilecek enfeksiyonların önlenmesi ve bu hastalarda yutma refleksinin zayıflaması nedeniyle ağızda biriken tükürük salgısının akciğere aspirasyonunu engellemek amacıyla özel ağız bakımı yapılır.

**UYGULAMADA KULLANILAN MALZEMELER**

* Solüsyonlar
* Etkeni bakteri grubu olan ağız enfeksiyonunda %30-50’lik hidrojen peroksit, serum fizyolojik vb. kullanılır.
* Etkeni mantar grubu olan ağız enfeksiyonunda %5’lik sodyum bikarbonat, mikostatin, vb. kullanılır.
* Eldiven
* Gaz bezi
* Gaz bezi sarılmış abeslanglar veya ağız bakımçubukları
* Solüsyon kabı
* Böbrek küvet
* Yüz havlusu / kâğıt havlu
* Tedavi bezi ve muşambası
* Paravan
* Kirli kabı
* Dudak nemlendirici

**ÖZEL AĞIZ BAKIM UYGULAMASI**

* Malzemeler hazırlanır. Eller el yıkama standardına göre yıkanır, kurulanır.Eldiven giyilir.
* Hastanın bilinci açıksa işlem hakkında bilgilendirilir ve hastadan izin alınır.

**Bilinci kapalı hastada ise işitme duyusu kaybolmamış olabileceğinden sadece işlem açıklanır.**

* Malzemeler için uygun ve temiz bir alan seçilir, kolay ulaşılabilir biçimde yerleştirilir.
* Yatak etrafına paravan veya perde çekilir.
* Uygulama yapılacak taraftaki yatak kenarlığı indirilir.
* Yatağın başı yükseltilir ve hastanın durumu uygunsa kafa travması, boyun travması vb yoksa başı yana doğru çevrilir.
* Bilinci kapalı hastanın klinik durumu uygunsa kafa travması, boyun travması vb. yoksa yan yatış pozisyonu verilir.
* Eldiven değiştirilir. Hastanın başının altına ve göğsünü kapatacak şekilde havlu ve çenesinin altına böbrek küvet yerleştirilir.
* Ağız kapalı ise; el ile mandibulaya bastırarak hastanın ağzı açılır ve tekrar kapanmasını önlemek için abeslang ucu azı dişlerinin üzerine gelecek şekilde yerleştirilir.
* Diş, dişeti ve oral mukoza değerlendirilir.
* Ağızda birikmiş tükürük aspire edilir
* Gaz bezine sarılmış abeslang ya da ucunda sünger bulunan ağız bakım çubukları önceden hazırlanmış. enfeksiyonun türüne uygun solüsyona batırılır ve solüsyonun emilmesi sağlanır.
* Gaz bezinin ya da süngerin emdiği fazla solüsyon, kabın kenarına bastırılarak akıtılır.
* Hastanın ağız içi silinerek temizlenir. Silme işlemi;
* Sağ üst çene; üst arka dişlerden, çene orta hattına kadar,
* Sol üst çene; üst arka dişlerden, çene orta hattına kadar,
* Sağ alt çene; alt arka dişlerden, çene orta hattına kadar,
* Sol alt çene, alt arka dişlerden, çene orta hattına kadar,
* Üst ve alt ön dişler,
* Yukarıdaki sıra ile dişlerin iç yüzü,
* Sağ yanak mukozası,
* Sol yanak mukozası,
* Damak, ve
* Dil üzeri şeklinde yapılır.
* Hastanın bilinci açıksa ağzını solüsyonla çalkalaması ve böbrek küvete tükürmesi söylenir
* Ağzı açmak için kullanılan abeslang çıkarılır.
* Böbrek küvet alınır. Ağız çevresi havlu ile silinir.
* Dudaklara nemlendirici sürülür. Hastaya uygun pozisyon verilir.
* Kirli malzemeler ortamdan uzaklaştırılır.
* Tekrar kullanılacak malzemeler uygun şekilde temizlenir ve yerlerine kaldırılır.
* Eldiven çıkarılır ve eller, el yıkama standardına göre yıkanır.
* Ağız bakımında kullanılan solüsyon ve gözlenen bulgular gözlem formuna kaydedilir.

**UYGULAMA SIRASINDA DİKKAT EDİLECEK NOKTALAR**

* Hasta bilinçliyse ve ağız kokusu varsa ağız bakımı, yemeklerden yarım – bir saat önce yapılmalıdır.
* Uygulama sırasında etkili iletişim kurulmalıdır.
* Silme işleminde abeslang ucundaki gazlı bezin her iki yüzeyi yalnız bir bölge için kullanılmalıdır. Bir bölgeden diğer bölgeye geçildiğinde yeni bir abeslang / bakım çubuğu kullanılmalıdır. Duruma göre bir bölge için birden fazla abeslang / bakım çubuğu kullanılabilir.
* Hasta protez kullanıyorsa protez çıkarıldıktan sonra diş etleri, yanak mukozası, damak, dil ve dilaltı silinir.
* Kullanılan solüsyona göre ağzın durulanması gerekiyorsa işlem, silme sırasına göre yapılır.
* Ağız bakımı verilirken ağız içinde beyaz renkte plaklar (mantar enfeksiyonu varsa hemşireye bilgi verilmelidir.
* Ağızdan sıvı alamayan hastalarda 2 saatte bir ağız durulanıp temizlenmelidir.

**AYAK BAKIMI**

Ayak bakımı, kişisel hijyenin en önemli parçalarından biridir. Ayakların sık sık yıkanması ve yıkandıktan sonra özellikle parmak aralarının iyice kurulanması gerekir. Aksi hâlde nemli ortam, mantar vb. enfeksiyonlarının gelişmesine neden olur.

Özellikle diyabet hastalığı olanlarda, dolaşım bozukluğu olan hastalarda, cilt hastalıklarında ve yaşlılarda özel ayak bakımı yapılması gereklidir. Diyabetli hastalarda ayak bakımının yapılmaması ayakta kapanmayan yaraların oluşmasına, hatta uzuv kaybına kadar giden komplikasyonlara neden olabilir.

**Tinea Pedis** : Özellikle ayak parmakları arasına yerleşerek, parmak aralarında kaşıntı, çatlaklar, pul pul dökülmeler gösteren, ilerlemiş durumda tırnak kayıplarına neden olan bir mantar enfeksiyonudur.

1. Ayak temizliğini sağlamak
2. Hastayı rahatlatmak
3. Kan dolaşımını hızlandırmak
4. Ayak derisinin bütünlüğünün bozulmasının önlemek
5. Ayak ta oluşabilecek; nasır ve mantar enfeksiyonu gibi sorunları gidermek

[www.smlogretmenleri.com](http://www.smlogretmenleri.com)