

КАК УХАЖИВАТЬ ЗА БОЛЬНЫМ

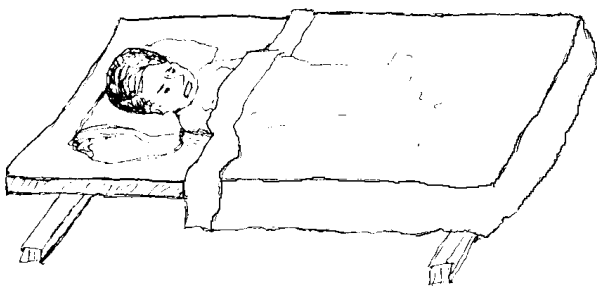
Болезнь ослабляет человека. Чтобы больной набрался сил и поскорее выздоровел, за ним нужен специальный уход.

Уход за больным человеком — самая важная часть его лечения.

Лекарства не всегда нужны. Но хороший уход важен всегда. Хороший уход заключается в следующем:

1. Комфорт для Больного Человека

Больной человек должен лежать в спокойном и уютном месте, где достаточно свежий воздух и света. Ему не следует переохлаждаться или перегреваться. Если воздух холодный или у больного озноб, укройте его простыней или одеялом. Но если погода жаркая или у человека жар, не укрывайте его совсем (см. с. 75).



2. Жидкости

Почти при каждой болезни, особенно при высокой температуре или поносе, больному требуется много жидкости — воды, чая, соков, бульонов и т. д.

3. Личная Гигиена

Очень важно содержать больного в чистоте. Его следует купать каждый день. Если он слишком болен, чтобы вставать с постели, умойте его мочалкой или тряпочкой теплой водой. Его одежда, простыни и покрывала должны содержаться в чистоте. Следите за тем, чтобы крошки и кусочки еды не оставались в постели.



**БОЛЬНОЙ ЧЕЛОВЕК ДОЛЖЕН
МЫТЬСЯ КАЖДЫЙ ДЕНЬ**

4. Хорошая Еда

Если больному человеку хочется есть, пусть кушает. Большинство болезней не требует особой диеты.

Больному человеку нужно употреблять больше жидкости и хорошей пищи (см. Главу 11).

Если человек очень слаб, давайте ему пищи столько, сколько он сможет съесть, и по много раз на день. Если необходимо, то разомните пищу или сделайте из нее супы или соки.

Калорийная пища также очень важна, например, каши из риса, пшеницы, овса, картошки или кассавы. Добавка небольшого количества сахара и растительного масла повышает калорийность. Предлагайте больному пить много сладких напитков, особенно, если он плохо ест.

Несколько болезней требуют специальных диет. Эти болезни описаны на следующих страницах:

Язвы желудка и изжога

Аппендицит, запор, острый живот(в этих случаях не принимают еду)

Диабеты

Болезни сердца

Болезнь селезенки

с. 128

с. 93

с. 127

с. 325

с. 329



ОСОБЫЙ УХОД ЗА ТЯЖЕЛО БОЛЬНЫМ ЧЕЛОВЕКОМ

1. Жидкости

Крайне важно, чтобы тяжело больной человек пил достаточно жидкости. Если он за один раз может выпить очень мало, давайте ему небольшими порциями, но часто. Если он может только глотать, давайте ему маленькими глотками через каждые 5 или 10 минут.

Измерьте количество жидкости, которое человек выпивает каждый день. Взрослому человеку нужно выпивать по 2 литра или больше ежедневно и выделять, по крайней мере, по чашке (60 мл) мочи 3-4 раза за день. Если человек не пьет или не выделяет достаточно мочи, или у него начнут появляться признаки обезвоживания (с. 151), уговорите его пить больше. Он должен пить питательные жидкости, обычно с малой добавкой соли. Если он не может пить их, давайте ему Регидрон (см. с. 152). Если он не может выпить достаточно регидрона и у него развиваются признаки обезвоживания, работник здравоохранения может дать ему внутривенный раствор. Но без этого можно обойтись, если больному часто давать пить маленькими глотками.



2. Пища

Если человек настолько болен, что не может жевать твердую пищу, давайте ему супы, молоко, соки, бульоны и другие питательные жидкости (см. Главу 11). Каша из зерен злаков, овса или риса тоже хороша, но ее надо давать вместе с едой, содержащей вещества, необходимые для жизнедеятельности организма. Супы можно готовить с яйцами, горохом или хорошо отбитым мясом, рыбой или птицей. Если человек может кушать понемногу, ему следует принимать пищу маленькими порциями несколько раз в день.

3. Гигиена

Личная гигиена очень важна для тяжело больного человека. Его нужно мыть каждый день теплой водой.

Меняйте постельное белье ежедневно и всякий раз, когда оно становится грязным. Испачканные или окровавленные вещи, постельное белье и полотенца человека с инфекционными заболеваниями должны быть продезинфицированы. Чтобы уничтожить вирусы или микробы, стирайте белье в мыльной горячей воде или добавьте немного хлорной извести.

4. Изменение Положения в Постели

Человеку, который очень слаб и не может самостоятельно поворачиваться, нужно помочь изменить его положение в постели много раз за день. Это поможет предотвратить пролежни (см. с. 214).

Матери необходимо чаще носить на руках ребенка, который долго болеет.

Частое изменение положения больного помогает предупредить пневмонию - постоянную опасность для любого, кто очень слаб или болен и должен лежать в постели длительное время. Если у человека жар, начинается кашель, а дыхание частое и неглубокое, у него возможна пневмония (см. с. 171).

5. Наблюдение за Изменениями

Вы должны следить за любыми изменениями в состоянии больного человека, которые могут подсказать вам, становится ему лучше или хуже. Ведите регистрацию его "признаков жизнеспособности". Записывайте следующие факты 4 раза в день:

Запишите также количество жидкости, выпитой больным, и сколько в день было выделений мочи и испражнений. Сохраните эту информацию для работника здравоохранения или врача.



Очень важно обнаружить признаки, которые предупредят вас, что у больного серьезная или опасная болезнь. Список признаков опасной болезни приведен на следующей странице. Если у человека имеется один из них, немедленно обращайтесь за медицинской помощью.

ПРИЗНАКИ ОПАСНОЙ БОЛЕЗНИ



Человек, у которого присутствует один или больше из следующих признаков, вероятно болен настолько, что ему нельзя лечиться дома без квалифицированной медицинской помощи. Его жизнь может быть в опасности. **Обратитесь за медицинской помощью как можно скорее.** Пока подоспеет помощь, следуйте инструкциям на указанных страницах.

- | | |
|--|--------------------|
| 1. Потеря большого количества крови из любой части тела | 82, 264, 28 |
| 2. Кашель с кровью | 179 |
| 3. Заметная синева губ и ногтей (если это новое) | 30 |
| 4. Затрудненное дыхание; не улучшается после отдыха | 167, 325 |
| 5. Человек не может очнуться (кома) | 78 |
| 6. Человек так слаб, что падает в обморок, когда встает | 325 |
| 7. День или больше без выделения мочи | 234 |
| 8. День или больше без возможности выпить любые напитки | 151 |
| 9. Сильная рвота или сильный понос, который длится более одного дня или больше нескольких часов у младенцев | 151 |
| 10. Черный, как деготь, стул или рвота с кровью или фекалиями | 128 |
| 11. Сильные, непрерывные боли в желудке с рвотой у человека, у которого нет поноса или который не может испражниться | 93 |
| 12. Любая сильная непрерывная боль, которая продолжается более 3 дней | 29-38 |
| 13. Кривошея с изогнутой спиной, с или без подвижной челюсти | 182, 185 |
| 14. Более чем один припадок (конвульсия) у человека с жаром или с серьезной болезнью | 76, 185 |
| 15. Сильный жар (выше 39°C), который нельзя сбить или который держится более 4-5 дней | 75 |
| 16. Потеря в массе в течение длительного времени | 20, 400 |
| 17. Кровь в моче | 146, 234 |
| 18. Болячки, которые разрастаются и не исчезают при лечении | 191, 196, 211, 212 |
| 19. Растущая опухоль в любой части тела | 196, 286 |
| 20. Проблемы с беременностью и родами: | |
| любое кровотечение во время беременности | 249, 281 |
| опухшее лицо и озабоченный вид в последние месяцы | 249 |
| большая задержка начала родов после того, как отойдут воды | 267 |
| сильное кровотечение | 264 |

КОГДА И КАК ОБРАТИТЬСЯ ЗА МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩЬЮ

Обратитесь за медицинской помощью при первых признаках опасной болезни. Не ждите, пока человек заболит так, что станет трудно или сложно отвезти его в центр здоровья или в больницу.



Если состояние больного или травмированного человека может стать хуже в связи с трудностями транспортировки его в центр здоровья, попытайтесь привезти врача к больному. Но в срочных случаях, когда необходимо особое внимание или операция (например, аппендицит), не ждите работника здравоохранения. Сразу же доставьте больного в центр здоровья или в больницу.

Когда вам нужно отнести больного на носилках, убедитесь, что он лежит удобно, насколько это возможно, и не сможет упасть. Если у него сломаны кости, перед тем, как переносить его, наложите шину (см. с. 99). Если солнце слишком печет, натяните простыню над носилками так, чтобы на больного падала тень и чтобы свежий воздух поступал снизу.

ЧТО ГОВОРИТЬ РАБОТНИКУ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ

Работник здравоохранения или врач, прежде чем рекомендовать лечение или правильно прописать лекарства, должен увидеть больного человека. Если больного нельзя двигать, пусть работник здравоохранения придет к нему. Если это невозможно, пошлите к медработнику ответственного человека, который знает детали этой болезни. **Никогда не посылайте маленького ребенка или плохо осведомленного человека.**

Прежде чем послать за медицинской помощью, проведите полный и тщательный осмотр больного человека. Затем подробно опишите его болезнь и общее состояние (см. Главу 3).

На следующей странице представлена форма, по которой вы можете сделать **КАРТОЧКУ ПАЦИЕНТА**. Несколько копий этой формы в конце этой книги. Вырвите одну из форм и тщательно заполните ее, приводя все детали которые сможете.

Когда посылаете кого-то за медицинской помощью, всегда отправляйте с ним заполненную информацией карточку.

КАРТОЧКА ПАЦИЕНТА

Используйте, когда посылаете за медицинской помощью.

Имя больного: _____ Возраст _____

Мужчина _____ Женщина _____ Где он (она)? _____

Какая основная болезнь или проблема со здоровьем сейчас? _____

Когда она началась? _____

Как она началась? _____

Была ли такая же проблема прежде? _____ Когда? _____

Есть ли температура? _____ Какая? _____ Как долго? _____

Боль? _____ Где? _____ Какого типа? _____

Что не соответствует или отличается от нормы в любом из следующих случаев?

Кожа: _____ **Уши:** _____

Глаза: _____ **Рот и горло:** _____

Половые органы: _____

Моча: Много или мало? _____ Цвет? _____ Проблемы с выделением мочи? _____

Опишите: _____

Сколько раз в сутки (24 часа): _____ Сколько раз ночью: _____

Стул: Цвет? _____ Кровь или слизь? _____ Понос? _____

Сколько раз в день? _____ Судороги? _____ Обезвоживание? _____

Мягкий или жесткий? _____ Глисты? _____ Какого вида? _____

Дыхание: Вдохи в минуту: _____ Глубокое, частое или нормальное? _____

Тяжелое дыхание (описать): _____ Кашель (описать): _____

Хрипы? _____ Слизь? _____ С кровью? _____

Есть ли у человека какой-либо **ПРИЗНАК ОПАСНОЙ БОЛЕЗНИ**, описанный на с. 42?

Какой? (Опишите) _____

Другие признаки _____

Принимал ли человек лекарства? _____ Какие? _____

Употреблял ли он какие-либо лекарства, которые вызывали сыпь, крапивницу (или волдыри) с зудом или другие аллергические реакции? _____

Какое? _____

Состояние больного: Не очень серьезное: _____ Серьезное: _____ Очень серьезное: _____

На обратной стороне карточки напишите любую дополнительную информацию, которую вы считаете важной.