

# Организация безопасного пространства

Если вы ухаживаете за больным человеком, позаботьтесь о его удобстве и безопасности!

## Основные принципы

### Чистота



+ 21...23 °C  
Оптимальная температура воздуха



Проветривание  
15–20 минут, не менее 2 раз в день, в любую погоду



Влажная уборка ежедневно

### Комфорт



Домашний уют, а не больничный порядок



Привычные и приятные вещи вокруг



Необходимые предметы расположены так, чтобы больной мог до них дотянуться

### Безопасность



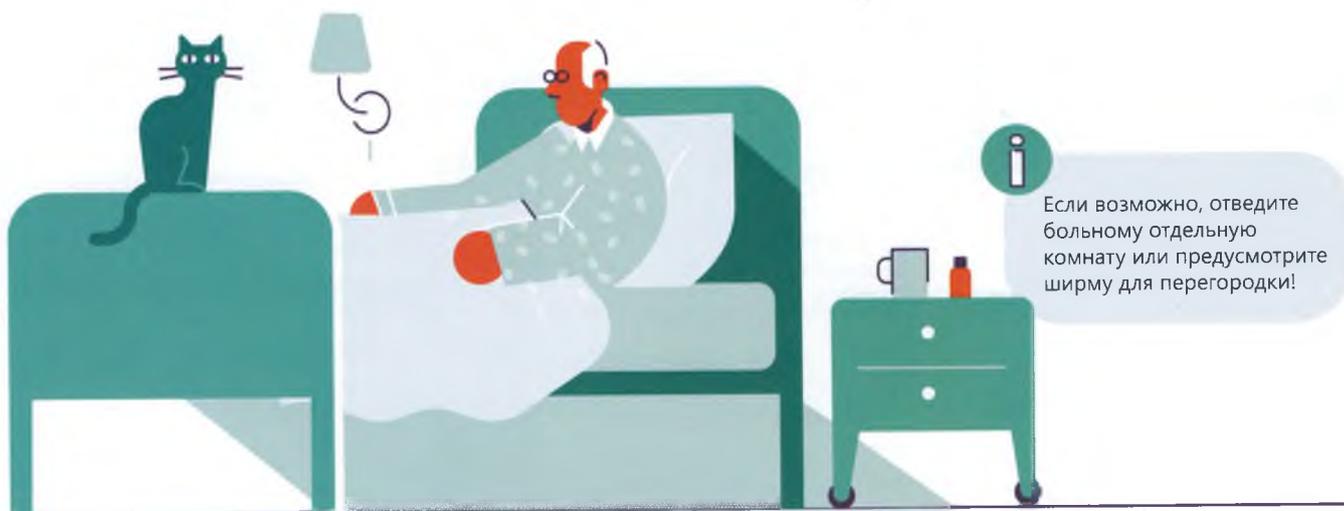
Устойчивая мебель, чтобы избежать падений



Отсутствие проводов посреди комнаты и ковриков, о которые можно споткнуться



Знакомая мебель для удобства человека с плохой памятью



Если возможно, отведите больному отдельную комнату или предусмотрите ширму для перегородки!



фонд помощи хосписам

**Вера**



Горячая линия помощи неизлечимо больным людям

8 (800) 700-84-36

Веб-сайты

[www.fond-vera.ru](http://www.fond-vera.ru)  
[www.pro-palliativ.ru](http://www.pro-palliativ.ru)

# План основной комнаты

## Шторы

Выбирайте в зависимости от предпочтений человека. Кому-то комфортнее спать с плотными шторами, которые не пропускают свет.



## Обстановка

Не лишайте болеющего человека привычных для него вещей: комнатных цветов, ТВ, общения с домашними животными.



При выборе кровати, матраса, инвалидного кресла, кресла-туалета учитывайте вес человека.



Тумбочку и кресло-туалет надо ставить с той стороны, на которую пациенту удобнее поворачиваться.

## Стул для посетителей

Лежачему больному некомфортно, когда с ним разговаривают стоя, поэтому не стойте, а посидите рядом.

## Тумбочка

- На расстоянии вытянутой руки.
- Удобно дотягиваться в лежачем положении.
- Удобно хранить белье, подушки, косметические средства.



Тумбочку на колесах ставьте на тормоз!



## Кресло-туалет

С откидными подлокотниками. При весе человека больше 120 кг необходимо усиленное кресло с расширенным сиденьем.



## Кровать

### а Высота

- Минимальная — 65 см.
- Увеличить можно с помощью дополнительного матраса.

### б Кроватный гусь или трос

- Крепится в ножной части кровати.
- Нужен, чтобы человек сам мог приподняться в постели.
- Трос выбирайте с узлами на веревке, чтобы руки не скользили.

### в Матрас

- Противопрлежневый — для лежачих и мало-подвижных больных.
- Удобный — для подвижных больных.

### г Подушки и валики

- Подушки разных размеров позволяют:
- удобно расположить ослабленного и беспомощного человека в кресле или в кровати;
  - расслабить мускулатуру;
  - менять положение тела и снижать риски появления пролежней;
  - снять отек, приподняв ноги;
  - уменьшить давление на болезненные участки тела.

### д Боковые поручни

- Нужны, чтобы обезопасить человека от падений.
- Их можно опускать при смене постельного белья.
- Поручни можно заменить сложенным одеялом или подушками.

### е Розетка

Важна для функциональной кровати, противопрлежневого матраса, кислородного концентратора и гаджетов больного.



Всегда спрашивайте, комфортно ли больному.

ж

зять  
еобходимости —  
иональная)

гуп должен быть с трех сторон: тогда  
будет удобно перемещать, переодевать  
эвека, менять его постельное белье.

жны быть видны входящие посетители.

толагается там, где  
решает свет из окна.

## Освещение

Установите  
у изголовья кровати  
торшер, настольную  
лампу или бра так,  
чтобы до выключателя  
было просто  
дотянуться.

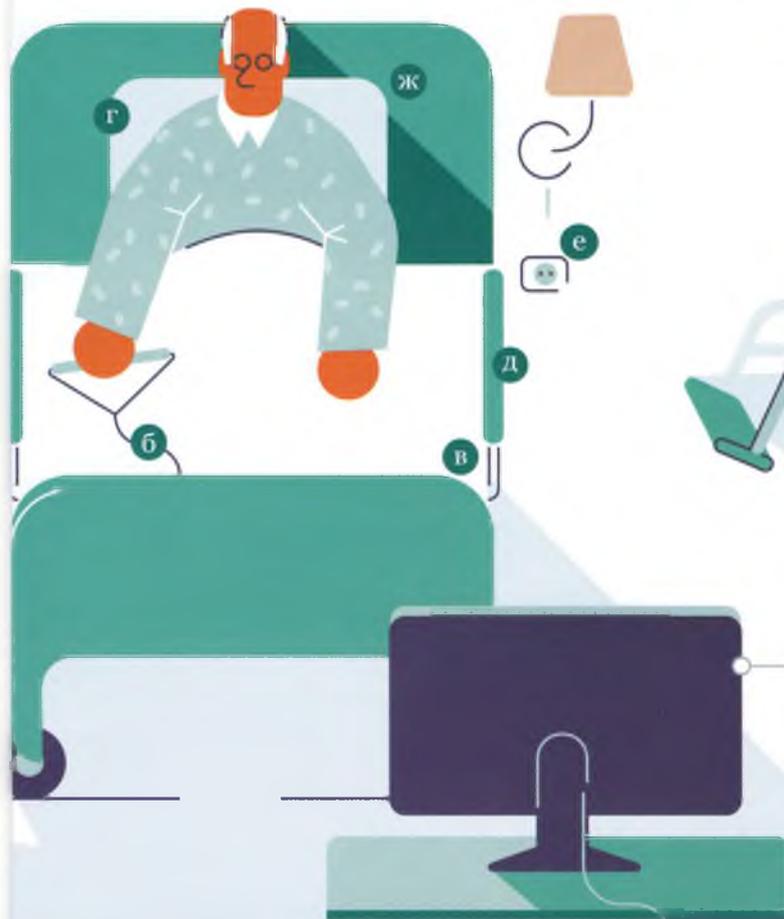
## Инвалидное кресло / ходунки

Убедитесь, что они  
находятся рядом  
с кроватью и распола-  
гаются с ней на одном  
уровне.

## Досуг

(кресворды, книги,  
вязание)

Поговорите с больным и  
узнайте, что ему нужно  
для досуга.



! Когда кресло  
не используется —  
ставьте его на  
тормоз!



## Телевизор

- Напротив кровати.
- Пульт на тумбочке.

## Тумбочка

а для спины  
ется в магазинах  
кники.

на, если нет функцио-  
ной кровати.

оляет больному  
рторно устроиться  
ожении сидя.

кна фиксироваться  
кольких положениях:  
пазоне от 45 до 65  
усов.

ательно наличие  
ого подголовника.



жно заменить стулом,  
ставленным за спину  
льного ножками вверх.

з Колесики

и Выдвижные ящики

к Бортики по краям

л Съемный регулируемый столик для еды  
Желательно с бортиками и углублениями для посуды

## Содержимое тумбочки



### Вызов на помощь

Колокольчик, электронный  
звонок, радионяня.



### Телефон

Продумайте держатель для  
телефона или специальное  
место, чтобы он всегда был  
под рукой.



### Расческа и зеркальце



### Салфетки

Сухие и влажные



### Вода

- Всегда должна быть  
доступна на расстоянии  
вытянутой руки.
- Должна находиться в удобной  
таре — стакане с трубочкой  
или поильнике.



### Пульт

От телевизора и кондиционера



### Полотенце



### Гигиеническая помада



### Пакет для мусора



### Крем

## Основные требования



## Путь от кровати до туалетной комнаты

- Оборудуйте стены поручнями и опорными ручками по основному маршруту больного (или как минимум не расставляйте предметы вдоль стен).
- Уточните, умеет ли человек пользоваться ходунками.
- Подберите больному удобную обувь:
  - с задником,
  - с закрытым мыском,
  - с низким каблуком,
  - по размеру.
- Убедитесь, что на пути больного нет посторонних предметов, о которые можно удариться или споткнуться:
  - загибающиеся края ковров,
  - провода,
  - мебель,
  - детские игрушки на полу.

## Нельзя



Расставлять предметы вдоль стен в комнате и в коридоре.

У человека должна быть возможность опираться на стену и держаться за поручни.



Оставлять инвалидное кресло, детскую коляску, тумбочку не на тормозах.

Облокотившись на них, человек может упасть.



Делать перестановку мебели.

Пожилой человек, передвигаясь по комнате ночью, может идти по памяти и споткнуться о мебель, которую вы переставили.

## Убедитесь, что у вас есть...

Поставьте галочку, если пункт выполнен.



Функциональная кровать  
(по рекомендации врача)



Инвалидное кресло/ходунки  
(по рекомендации врача)



Подушки, валики



Противопролежневый матрас  
(по рекомендации врача)



Кресло-туалет/судно  
(по рекомендации врача)



Поручни и ручки для опоры, валкер/ходунки



Прикроватная тумбочка или столик



Кроватный трос или гусь



Поильник