

# 2. I BISOGNI PRIMARI

## L'IGIENE DELLA PERSONA

ARGENTO ATTIVO

VIVERE BENE OLTRE I SESSANTA



Per **igiene** si intende l'insieme delle azioni che garantiscono la pulizia e il benessere della persona nel rispetto delle sue abitudini di vita.



L'igiene personale è essenziale per mantenere una pelle sana, favorendo la circolazione e l'idratazione.

## Valutazione del bisogno



Le variabili di cui tenere conto sono:

- **autonomia;**
- **mobilità**, soprattutto degli arti inferiori;
- **condizioni di**
  - incontinenza urinaria e fecale;
  - fuoriuscita di secrezione da drenaggi e ferite;
  - sudorazione profusa;
- **altri fattori:**
  - cultura;
  - convinzioni religiose;
  - razza;
  - condizioni socio economiche.

# Lavaggio delle mani

Il lavaggio delle mani è la **misura più efficace per prevenire le infezioni** perché sono il veicolo principale di passaggio di batteri, virus, funghi da una persona all'altra.



I **microbi** si trovano sulla superficie delle mani, nei follicoli dei peli e nelle ghiandole sebacee e sudoripare, anche quando la pelle non presenta ferite o segni di infezione.

Con i genitali, l'inguine e le ascelle, le mani sono le parti del corpo dove si trovano più germi.

Quando si prevede che si verrà a contatto con sangue o altri materiali potenzialmente infetti, mucose e cute non integre, dopo aver lavato le mani, **bisogna indossare i guanti.**

È importante ricordare di:

- togliere i guanti dopo l'assistenza alla persona;
- non indossare lo stesso paio di guanti più di una volta;
- cambiare i guanti, durante l'assistenza a una persona, dopo aver toccato un'area del corpo infetta, per evitare che l'infezione si propaghi ad altre parti del corpo.

## Obiettivi:

- pulizia;
- favorire il benessere della persona;
- stimolare la circolazione;
- ridurre la temperatura corporea.

## Da usare:

- bacinella con acqua calda (43-46°C);
- sapone liquido;
- biancheria pulita (teli bagno, asciugamani, spugne, ecc.);
- articoli per l'igiene personale (deodoranti, dopobarba, ecc.);
- guanti;
- materiale per la barba.

Durante il bagno in vasca è importante:

- rassicurare la persona sulla vostra presenza e aiuto;
- sostenerla nel momento di entrare e uscire dalla vasca o dalla doccia;
- aiutarla nel lavaggio di parti del corpo difficili da raggiungere;
- svuotare la vasca prima che la persona esca per prevenire il rischio di cadute.



- Se laviamo la persona a letto troviamo la posizione più comoda per noi e per lei.
- Prepariamo una manopola da bagno con l'asciugamano piccolo.
- Se abbiamo pulito parti del corpo sporche o infette non passiamo la manopola sulle parti integre o pulite prima di averla lavata.
- Ricordiamo di massaggiare le gambe e la schiena per riattivare la circolazione.

# Igiene della persona





Da usare:

- asciugamano;
- telo da bagno;
- guanti da indossare dopo aver lavato le mani;
- tamponi di cotone per lavare e risciacquare;
- brocca con acqua calda per risciacquare;
- padella per raccogliere l'acqua di lavaggio;
- detergente.

Per igiene orale si intende la **pulizia di denti, gengive, palato, lingua e pavimento della bocca.**

## Da usare:

- asciugamano;
- garze pulite;
- soluzione fisiologica o acqua;
- collutorio;
- guanti monouso;
- abbassalingua;
- bacinella reniforme o similari.



**Se la persona è costretta a letto valutare l'opportunità che i capelli siano corti.**

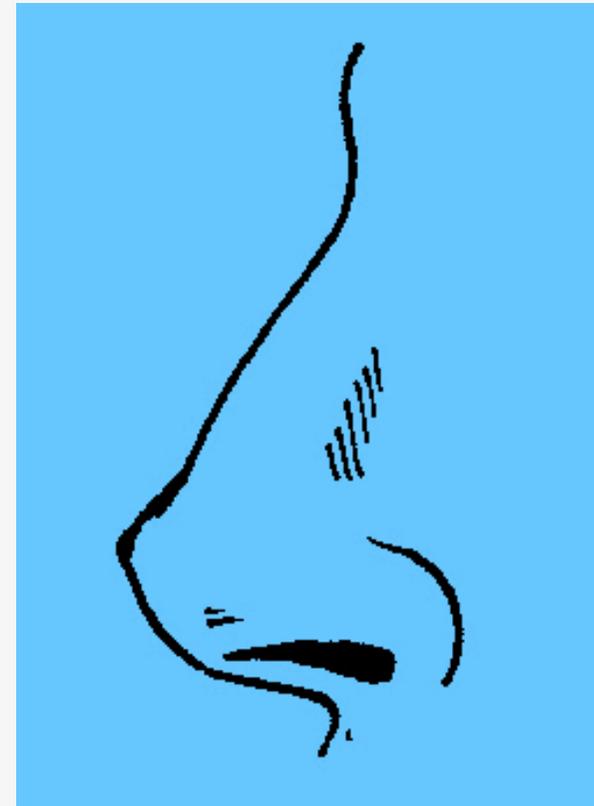
Per il lavaggio a letto occorre avere a disposizione:

- scivolo per shampoo;
- brocche con acqua tiepida;
- shampoo;
- 2 asciugamani di spugna;
- spazzola;
- asciugacapelli.



Da usare:

- garze;
- tamponcini;
- bastoncini;
- soluzione fisiologica;
- pomate nasali;
- vaselina;
- guanti.



Da usare:

- **garze;**
- **olio di vaselina o di mandorla.**



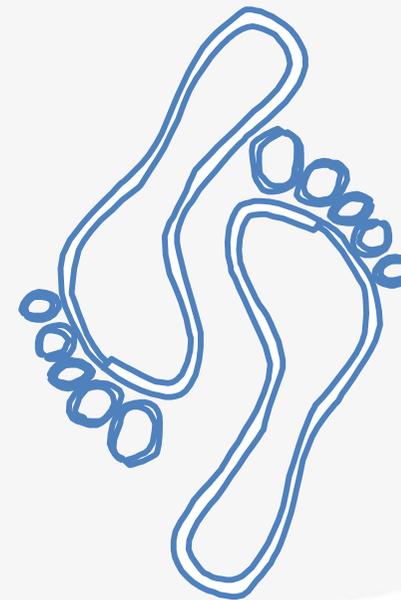
Facciamo lavare le mani:

- **prima e dopo ogni pasto;**
- **dopo aver usato i servizi igienici.**



Può essere praticata in maniera differente **a seconda del grado di autosufficienza della persona** e della posizione in cui si trova:

- seduta sul letto;
- costretta in posizione obbligata.



## Cambiare il camice in presenza di flebo



Se una persona deve fare una o più flebo, fare indossare **una camicia con manica larga per facilitare il cambio!**



Grazie