

# ATRÍÐI TIL UMHUGSUNAR Í TENGLUM VIÐ

# H

# A

# M

# U

# R



## HREYFA

- Er búið að gefa fyrirmæli eða leiðbeiningar um hagræðingu og hreyfingu sjúklings í rúmi og stól?
- Hefur sjúklingi verið hagrætt og snúið samkvæmt áætlun í stól og rúmi?
- Hefur sjúklingur fengið hvatningu til að hagræða sér, snúa sér og hreyfa sig reglulega?
- Hefur sjúklingur fengið fræðslu um af hverju það sé mikilvægt að aflétta reglulega þrýstingi af húð?
- Er sjúklingur nægilega verkjastilltur svo hann eigi auðveldara með að hreyfa sig og hagræða?
- Hefur sjúklingur fengið kennslu um aðferðir til að auðvelda honum að hagræða sér og hreyfa sig?
- Þarf að endurskoða hversu oft eigi að hagræða og snúa sjúklingi?
- Hefur verið kannað hvort þungi sjúklings liggja á útstæðum beinum, slöngum, krumpuðu líni eða öðru sem valdið getur þrýstingi á húð?
- Er tryggt að sjúklingur liggja ekki eða sitji ekki á húðsvæði sem er með sár eða roða?
- Er gætt að því að húð sjúklings dragist ekki eftir yfirborði við hagræðingu eða snúninga?
- Er unnið að því að hámarka hreyfigetu sjúklings?
- Gætu stuðningspúðar nýst til að lyfta líkamshlutum, styðja við líkama og auka þægindi sjúklings?
- Gætu snúningsslök auðveldað stöðubreytingar og hagræðingu í rúmi?
- Er verið að miða við að sjúklingur liggja í 30° hliðar- og baklegu? (Það gætu verið frábendingar fyrir því)
- Er setstaða sjúklings í stól ákjósanleg (sjúklingur sé stöðugur, með báða fætur á gólfi/skemli, stuðningur sé við bak og handleggi og stólsessa í réttri stöðu)?
- Er verið að takmarka setu sjúklings á salerni, bekkinstól, legu á bekkni o.s.frv.?



## ATHUGA HÚÐ

- Hafa öll húðsvæði sem eru útsett fyrir þrýstingi verið skoðuð hjá sjúklingi?
- Er verið að nýta hvert tækifæri til að skoða húð t.d. við aðhlyningu, sjúkrapjálfun, wc ferðir, böðun o.s.frv.?
- Er verið að meta húð m.t.t. roða, fölva, þurrks, útbrot, sára, hitastigs, raka, bjúgsöfnunar og staðbundinna verkja?
- Er verið að nota fingurprófið þegar vart verður við roða á húð sjúklings?
- Er verið að bregðast við skaða í húð með því að setja upp nýja hjúkrunarmeðferð eða endurmeta meðferðaráætlun?



## MATUR, VÖKVI OG NÆRING

- Hefur sjúklingur verið skimaður fyrir áhættuþátum vannæringar?
- Þarf sjúklingur að vera á næringar og/eða vökvaskrá?
- Er næringarþörf sjúklings uppfyllt?
- Fær sjúklingur hvatningu og fræðslu um mikilvægi þess að uppfylla næringar- og vökvapörf?
- Er fylgst með næringarinntekt sjúklings?
- Er næringarinntekt sjúklings skráð?
- Fær sjúklingur orku- og próteinríka millibita og/eða næringardrykki ef hann uppfyllir ekki orku-, prótein og næringarefnapörf með hefðbundnu fæði?
- Er sjúklingur vigtaður a.m.k. vikulega og þyngd skráð?
- Hefur verið beðið um næringarráðgjöf ef sjúklingur er með sterkar líkur á vannæringu?
- Er ráðleggingum næringarfræðings fylgt ef þær eru til staðar?
- Gæti sjúklingur verið með kyngingarörðugleika og þurft ráðgjöf talmeinafræðings?
- Er vökvapörf sjúklings uppfyllt?
- Eru einkenni vökvaskorts til staðar t.d. minnkaður þvagútskilnaður, breyting á húðturgor o.s.frv.?
- Er þörf á viðbótarvökva t.d. vegna hækkaðs líkamshita, uppkasta, niðurgangs, mikillar svíta-myndunar o.s.frv.?



## UNDIRLAG

- Er sjúklingur með undirlag sem hentar hans ástandi?
- Eru fyrirmæli um undirlag skráð?
- Er búnaður sem er í notkun í lagi?
- Er þörf fyrir ráðgjöf frá iðjupjálfa eða sjúkrapjálfa varðandi val eða notkun á undirlagi?
- Snýr dýna rétt í rúminu?
- Snýr sessa rétt í stólnum og er hún í réttri stærð?
- Er þörf á hælhlífum?
- Má fækka undirlögum s.s. lökum og undirbreiðslu?
- Hefur sjúklingur fengið fræðslu um mikilvægi þess að nota þrýstingsdreifandi undirlag?



## RAKI

- Er yfirborð húðar hreint og þurrt og upplýsingar þar að lútandi skráðar í sjúkraskrá?
- Þarf að setja fram áætlun til að minnka líkur á að húð sé útsett fyrir þvagi eða hægðum?
- Er þörf á ráðgjöf frá sérfræðingum vegna þvag- eða hægðaleka?
- Er þörf á húðverjandi áburðum?
- Er hvert tækifæri notað til að kanna hvort raki liggja við húð?
- Eru hreinsiefni notuð á viðeigandi hátt?
- Er rakakrem borið á þurra húð?
- Hefur sjúklingur verið upplýstur um mikilvægi þess að halda húð þurri og hreinni?
- Er verið að nota bleiur og undirbreiðslu að óþörfu?
- Er þörf á tíðari skiptum á bleiur og líni?