



*ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ ΚΑΙ
Η ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΤΟΥ
ΑΣΘΕΝΟΥΣ*

Περιβάλλον και η ασφάλεια του ασθενούς

- Το περιβάλλον αποτελείται από όλα τα στοιχεία και τις καταστάσεις που μας περιβάλλουν και επηρεάζουν την ανάπτυξή μας.
- Η φροντίδα του περιβάλλοντος του ασθενούς είναι ιδιαίτερα σημαντική κατά την παροχή ολιστικής φροντίδας.
- Στόχος είναι να παρέχετε ασφάλεια στον ασθενή ενώ φροντίζετε να αισθάνεται όσο πιο άνετα γίνεται.

Οι παράγοντες
που
διαμορφώνουν
το περιβάλλον

Παράγοντες που οφείλουν να βρίσκονται υπό έλεγχο:

Θερμοκρασία

Αερισμός

Υγρασία

Φωτισμός

Οσμές

Θόρυβος

Θερμοκρασία

Τα βρέφη και τα ηλικιωμένα άτομα μπορεί να χρειάζονται υψηλότερες θερμοκρασίες στο θάλαμό τους από ότι συνήθως, εξαιτίας της ανεπάρκειας των θερμορυθμιστικών τους μηχανισμών.

Διατηρείται τη θερμοκρασία θαλάμου 20-23° C.

Στις αίθουσες του χειρουργείου και στις μονάδες εντατικής θεραπείας διατηρείται ελαφρώς χαμηλότερη θερμοκρασία με σκοπό τη μείωση των μεταβολικών αναγκών του ασθενούς.

Αερισμός

Ο αερισμός αποτελεί τη διαδικασία ή την ενέργεια της συνεχούς παροχής φρέσκου αέρα σε ένα κτίριο ή ένα δωμάτιο.

Τα περισσότερα νοσηλευτικά ιδρύματα διαθέτουν κεντρικές μονάδες κλιματισμού, οι οποίες ρυθμίζουν τη θερμοκρασία, την υγρασία και την ανταλλαγή αέρα.

Η χρήση ανεμιστήρων δε συνιστάται καθώς τα ρεύματα αέρα διασπείρουν τους μικροοργανισμούς.

Ένας ατομικός επιτραπέζιος ανεμιστήρας μπορεί να διατεθεί σε ασθενείς με αναπνευστικά προβλήματα καθώς οι ασθενείς αυτοί αισθάνονται ότι τους είναι ευκολότερο να αναπνέουν όταν αισθάνονται την παρουσία ρεύματος αέρα.

Για την προστασία της ασφάλειας του ασθενούς, τα παράθυρα του νοσοκομείου θα πρέπει να παραμένουν κλειστά.

Υγρασία

Η υγρασία είναι το ποσό των υδρατμών στον αέρα.

Συνήθως είναι πολύ καλά ανεκτά τα επίπεδα υγρασίας μεταξύ 30% και 50%.

Το χαμηλό ποσοστό υγρασίας θα έχει ως συνέπεια την ξηρότητα των αεροφόρων οδών και του δέρματος του ασθενούς.

Στα περισσότερα νοσοκομεία διατηρείται ένα χαμηλό ποσοστό υγρασίας για την αποτροπή της ανάπτυξης μικροοργανισμών.

Για τους ασθενείς που χρειάζονται περισσότερη υγρασία λόγω κάποιας παθολογικής κατάστασης του αναπνευστικού τους χρησιμοποιούνται υγραντήρες ατμού, οι οποίοι αποτελούν συσκευές αύξησης της υγρασίας του αέρα.

Φωτισμός

- Ένας ευήλιος, χαρούμενος θάλαμος μπορεί να αναπτερώσει το ηθικό του ασθενούς.
- Όλες οι περιοχές του νοσοκομείου θα πρέπει να διαθέτουν επαρκές φως για τη διενέργεια διαδικασιών και για την πρόληψη των ατυχημάτων και των τραυματισμών.
- Το φως θα πρέπει να είναι αρκετά δυνατό ώστε να βλέπει κανείς χωρίς να θαμπώνεται και να κουράζονται τα μάτια του και τόσο απαλό και διάχυτο όσο να μην δημιουργούνται έντονες σκιές.
- Η ιδανική κατάσταση είναι να μπορεί ο ίδιος ο ασθενής να προσαρμόσει την ένταση του φωτός στις προτιμήσεις του.

Ο έλεγχος των οσμών

- Η νόσος διαφοροποιεί τον τρόπο που αντιλαμβανόμαστε τα διάφορα αισθητικά ερεθίσματα.
- Οι οσμές που ήταν συνήθως ευχάριστες στον ασθενή, τώρα μπορεί να του προκαλούν ναυτία.
- Στα νοσηλευτικά ιδρύματα μπορεί να υπάρχουν δυσάρεστες οσμές από τη χρήση της σκωραμίδας, του ουροδοχείου, από τα τραύματα κ.ο.κ.
- Ο καλός αερισμός του χώρου και η καθαριότητα ελέγχουν ικανοποιητικά τις οσμές.

Ο έλεγχος του θορύβου

Ο θόρυβος στους χώρους παροχής υπηρεσιών υγείας είναι αναπόφευκτος.

Οι ασθενείς μπορεί να αισθανθούν αισθητηριακή υπερφόρτωση από όλο αυτό το θόρυβο.

Οι θόρυβοι από τη μεταφορά εξοπλισμού στους διαδρόμους, τους επισκέπτες και το προσωπικό του εκάστοτε τμήματος συνδυάζονται αυξάνοντας την ένταση του θορύβου.

Τα υλικά ηχομόνωσης για τα δάπεδα και τους τοίχους, τα χαλιά και ο πλαστικός εξοπλισμός χρησιμοποιούνται για μείωση του θορύβου.

Η κύρια πηγή θορύβου είναι οι άνθρωποι.

Για να ελαττώσετε το θόρυβο, αποφύγετε τις μακρές συνομιλίες διαμέσου τις ενδοεπικοινωνίας και πηγαίνετε στο θάλαμο για να συνομιλήσετε μαζί του.

Ενθαρρύνετε το προσωπικό να περιορίσει τις συζητήσεις στο διάδρομο και να διεξάγει τις όποιες συνομιλίες χαμηλόφωνα.

Η απαλή, ευχάριστη μουσική μπορεί να καλύψει άλλους ήχους και να προάγει τη χαλάρωση.

Εάν δεν υπάρχει αντένδειξη, ο ασθενής του οποίου ο ύπνος διαταράσσεται από το θόρυβο, μπορεί να δοκιμάσει τη χρήση ωτοασπίδων από αφρώδες υλικό.

Η διακόσμηση των εσωτερικών χώρων

- Οι θάλαμοι των ασθενών και οι κοινόχρηστοι χώροι στα σύγχρονα νοσοκομεία ομοιάζουν περισσότερο με δωμάτια ξενοδοχείων σε αντιδιαστολή με τους κάτασπρους τοίχους των νοσοκομείων του παρελθόντος.
- Οι θάλαμοι φέρουν κουρτίνες και πολύχρωμα καλύμματα για τις κλίνες.
- Οι αλλαγές αυτές στοχεύουν στην αύξηση της άνεσης παρέχοντας στον ασθενή περιβάλλον που να προσομοιάζει σε οικιακό.

Η τάξη

Είναι πολύ σημαντικό να προσφέρετε ένα καθαρό και τακτοποιημένο περιβάλλον στον ασθενή σας.

Διατηρείστε το τμήμα επαρκώς τακτοποιημένο, ώστε να είναι ασφαλές αλλά όχι με τέτοια αυστηρότητα που να απαγορεύει στον ασθενή να έχει μαζί του προσωπικά αντικείμενα.

Η ιδιωτικότητα

Η ιδιωτικότητα αποτελεί ζήτημα ουσιώδους σημασίας για την ευεξία του ασθενούς.

Πάντα πριν την είσοδό σας στο θάλαμο, χτυπήστε ευγενικά την πόρτα και αναφέρετε το όνομα ή την ιδιότητά σας.

Σε θαλάμους περισσότερων από μιας κλίνης κλείστε την κουρτίνα γύρω από την κλίνη του ασθενούς για τη διενέργεια διαδικασιών.

Οι κλίνες

- Τα στρώματα των νοσοκομειακών κλινών είναι συνήθως σκληρά και φέρουν κάλυμμα που μπορεί να καθαρίζεται εύκολα μετά την αποχώρηση του προηγούμενου και πριν την έλευση του νέου ασθενούς.
- Επάνω από το στρώμα της νοσοκομειακής κλίνης μπορούν να τοποθετηθούν τα ειδικά στρώματα (αέρος ή τζελ) για την πρόληψη των ελκών κατάκλισης αν και τα νεότερα στρώματα για νοσοκομειακές κλίνες είναι σχεδιασμένα έτσι ώστε να αποφεύγεται η εφαρμογή πίεσης σε συγκεκριμένα σημεία.
- Οι νοσοκομειακές κλίνες φέρουν συνήθως τροχούς καθώς και πλευρικά κιγκλιδώματα ασφαλείας.
- Ο ασθενής μπορεί να χρησιμοποιεί τα πλευρικά κιγκλιδώματα για να αλλάξει θέση ή για να εγερθεί από την κλίνη.
- Ωστόσο, τα πλευρικά κιγκλιδώματα μπορούν να αποτελέσουν και παράγοντα κινδύνου για την ασφάλεια του ασθενούς.
- Θα πρέπει να επιβεβαιώσετε, ότι το στρώμα εφαρμόζει βολικά μεταξύ των πλευρικών κιγκλιδωμάτων, τα οποία βρίσκονται σε κατάλληλη απόσταση μεταξύ τους, έτσι ώστε να μην επιτρέπεται η τοποθέτηση του κεφαλιού του ασθενούς μεταξύ των κιγκλιδωμάτων ασφαλείας.
- Ελέγχετε πάντοτε, ότι οι τροχοί της κλίνης του ασθενούς είναι ασφαλισμένοι, εκτός και αν μετακινείτε την κλίνη.

Η ασφάλεια

Η παροχή ασφάλειας αποτελεί πρωταρχικό μέλημα κατά τη φροντίδα των ασθενών.

Ως ασφάλεια χαρακτηρίζουμε τα μέτρα εκείνα που αποτρέπουν τα ατυχήματα και τους τραυματισμούς των ασθενών, των επισκεπτών και του υγειονομικού προσωπικού.

Μέθοδοι για την επίτευξη της Ασφάλειας των ασθενών

- Βελτίωση της ακρίβειας στην ταυτοποίηση των ασθενών.
- Βελτίωση της αποτελεσματικότητας της επικοινωνίας μεταξύ των παροχών υπηρεσιών υγείας.
- Τυποποίηση ενός καταλόγου συντμήσεων, ακρωνύμιων, συμβόλων και συντομογραφιών των μονάδων μέτρησης των δόσεων που δεν πρέπει να χρησιμοποιούνται στους οργανισμούς παροχής υπηρεσιών υγείας.
- Μέτρηση και εκτίμηση και εάν είναι απαραίτητο, λήψη μέτρων για τη βελτίωση του χρονοδιαγράμματος αναφοράς και λήψης των αποτελεσμάτων των σημαντικών εξετάσεων.
- Μείωση του κινδύνου εμφάνισης νοσοκομειακών λοιμώξεων.
- Μεταβίβαση με ακρίβεια και ασφάλεια των οδηγιών για τη φαρμακευτική αγωγή του ασθενούς μέσα στο συνεχές της αντιμετώπισης του.
- Μείωση του κινδύνου τραυματισμού του ασθενούς από πτώση. Ενθάρρυνση της συμμετοχής του ασθενούς στη φροντίδα του, μέσα στα πλαίσια της στρατηγικής προστασίας της ασφάλειάς του.

Οι κίνδυνοι

Τα πιο συχνά ατυχήματα στους ασθενείς περιλαμβάνουν τις πτώσεις, τα εγκαύματα, τις εκδορές και τους μωλωπισμούς.

Επίσης παρατηρούνται συμπλοκές με άλλα άτομα, απώλειες προσωπικών αντικειμένων, πνιγμονές και ηλεκτροπληξίες.

Πτώσεις

- Οι πτώσεις αποτελούν παράγοντα που απειλεί την ασφάλεια των ασθενών στο νοσοκομειακό περιβάλλον.
- Οι τρεις παράγοντες που προδιαθέτουν ένα άτομα σε πτώσεις συμπεριλαμβάνουν τις διαταραχές της φυσικής κινητικότητας, τις διαταραχές του επιπέδου συνείδησης και τα αισθητικά ή κινητικά ελλείμματα.
- Επιβάλλεται η εκτίμηση και η περιοδική επανεκτίμηση του κινδύνου πτώσης σε κάθε ασθενή.
- Ιδιαίτερα τη συσχέτιση της φαρμακευτικής αγωγής που λαμβάνει ο ασθενής με πιθανή αύξηση του κινδύνου για πτώσεις.
- Σε εκείνους τους ασθενείς που θεωρείται, ότι βρίσκονται σε αυξημένο κίνδυνο για πτώσεις, μπορούν να χρησιμοποιηθούν συναγερμοί μηρού ή κλίνης. Οι συσκευές αυτές όταν ανιχνεύουν αλλαγή της θέσης του ασθενούς ή αλλαγή στην πίεση που ασκείται επάνω τους, παράγουν ένα ηχητικό σήμα, ώστε να ειδοποιείται το υγειονομικό προσωπικό

Ενέργειες που προάγουν την ασφάλεια των ασθενών εντός των φορέων παροχής υπηρεσιών υγείας

- Προσανατολίστε τον ασθενή και την οικογένεια του κατά την εισαγωγή και τη μεταφορά στο θάλαμο αναφορικά με τη λειτουργία του κομβίου κλήσης βοήθειας, της κλίνης κ.τ.λ. Ελέγξτε και διασφαλίστε, ότι ο ασθενής είναι σε θέση να χρησιμοποιεί σωστά τα διάφορα χειριστήρια.
- Κατά την εισαγωγή του ασθενούς εκτιμήστε την ισορροπία, το βηματισμό του και τον κίνδυνο πτώσεις. Εάν είναι απαραίτητο, ζητήστε από τον ασθενή πριν εγερθεί από την κλίνη του, να καλεί βοήθεια.
- Αξιολογήστε την πιθανότητα η φαρμακευτική αγωγή του ασθενούς να έχει ανεπιθύμητες ενέργειες που να αυξάνουν τον κίνδυνο για πτώση.
- Διατηρήστε τη θέση της κλίνης στο χαμηλότερο δυνατό επίπεδο τις ώρες που δεν παρέχετε άμεσα φροντίδα.
- Τοποθετήστε το στρώμα στο δάπεδο ή σε πλαίσιο χαμηλού ύψους, εάν υπάρχει υψηλός κίνδυνος για πτώση και ο ασθενής δεν αναζητά βοήθεια κατά την έγερσή του.

Ενέργειες που προάγουν την ασφάλεια των ασθενών εντός των φορέων παροχής υπηρεσιών υγείας

- Φροντίστε για την τακτική μεταφορά του ασθενούς στην τουαλέτα έτσι ώστε να μειωθεί η πιθανότητα να εγερθεί ο ασθενής από την κλίνη του χωρίς παρουσία βοήθειας.
- Ασφαλίστε τους τροχούς της κλίνης για να μειώσετε την πιθανότητα να μετακινηθεί η κλίνη κατά την προσπάθεια του ασθενούς να την προσεγγίσει ή να εγερθεί από αυτήν.
- Φροντίστε για την παρουσία κάποιου αναμμένου φωτός νυκτός, ώστε να βοηθήσετε τη μετακίνηση του ασθενούς στο μπάνιο κατά τις βραδινές ώρες, να αποτρέψετε τον αποπροσανατολισμό του και να αποφύγετε τραυματισμούς.
- Ενθαρρύνετε τη χρήση αντιολισθητικών παντοφλών που εφαρμόζουν καλά στα πόδια του ασθενούς.
- Ανταποκριθείτε άμεσα στις κλήσεις βοήθειας, έτσι ώστε να κερδίσετε την εμπιστοσύνη του ασθενούς, ο οποίος δεν θα αισθάνεται την ανάγκη να εγερθεί απουσία σας.

Ενέργειες που προάγουν την ασφάλεια των ασθενών εντός των φορέων παροχής υπηρεσιών υγείας

- Ενημερώστε τον ασθενή για την επόμενη επίσκεψή σας και φροντίστε να είστε ακριβείς.
- Επιβεβαιώστε ότι ο ασθενής αισθάνεται άνετα και ότι όλα τα επιθυμητά αντικείμενα, όπως και το κομβίο κλήσης βοήθειας βρίσκονται σε θέση εύκολα προσπελάσιμη από τον ασθενή, πριν εγκαταλείψετε το θάλαμό του.
- Ενθαρρύνετε τη χρήση χειρολαβών ασφαλείας στο μπάνιο, τη μπανιέρα και στη ντουζιέρα.
- Τοποθετήστε τους ασθενείς υψηλού κινδύνου ή τους ανήσυχους ασθενείς κοντά στο σταθμό νοσηλευτών ώστε να είναι δυνατός ο συχνός έλεγχός τους.

Ενέργειες που προάγουν την ασφάλεια των ασθενών εντός των φορέων παροχής υπηρεσιών υγείας

- Μείνετε κοντά στον ασθενή ο οποίος βρίσκεται σε σύγχυση, έχει άγχος ή είναι ασταθής όποτε εγείρεται από την κλίνη ή την καρέκλα του.
- Περιορίστε τη χορήγηση υγρών μετά τις 6 μ.μ. εάν ο ασθενής επισκέπτεται συχνά την τουαλέτα για να ουρήσει κατά τις νυχτερινές ώρες και υπάρχει ιστορικό πτώσεων.
- Παρέχετε κοινωνικές δραστηριότητες και δραστηριότητες που αποσπούν την προσοχή, οι οποίες μπορεί να είναι ευχάριστες σε συγχυτικά και ανήσυχα άτομα. Η τοποθέτησή τους κοντά στο σταθμό των νοσηλευτών, συνήθως παρέχει επαρκή ερεθίσματα για να απασχολήσει τη σκέψη τους και η ανάγκη τους για περιπλάνηση μειώνεται αισθητά.
- Επιβεβαιώστε ότι οι τροχοί του αμαξιδίου είναι ασφαλισμένοι πριν απομακρύνετε ή τοποθετήσετε τον ασθενή σε αυτά.

Η εκτίμηση του κινδύνου πτώσης

Γενικές πληροφορίες

Ηλικία άνω των 70 ετών

Ιστορικό πτώσεων

Συγχυτικός κατά περιόδους

Συγχυτικός κατά το μεγαλύτερο χρονικό διάστημα

Διαταραχές της μνήμης ή της κρίσης

Αδυναμία να ακολουθήσει οδηγίες

Χρειάζεται βοήθεια στην τουαλέτα

Διαταραχές της όρασης

Αισθάνεται σωματικά καταβεβλημένος

Η εκτίμηση του κινδύνου πτώσης

Φάρμακα

- Λαμβάνει κατασταλτικά του κεντρικού νευρικού συστήματος (ναρκωτικά, ηρεμιστικά, κατευναστικά, υπνωτικά, αντικαταθλιπτικά, ψυχοτρόπα, αντιεπιληπτικά).
- Λαμβάνει αγωγή που προκαλεί ορθοστατική υπόταση (αντιυπερτασικά, διουρητικά).
- Λαμβάνει αγωγή που μπορεί να προκαλέσει διάρροια (καθαρτικά).
- Λαμβάνει αγωγή που μπορεί να επηρεάσει τα επίπεδα σακχάρου στο αίμα (ινσουλίνη, υπογλυκαιμικά δίσκια).

Η εκτίμηση του κινδύνου πτώσης

Βηματισμός και ισορροπία

- Κακή ισορροπία στην όρθια στάση
- Κακή ισορροπία κατά τη βάρδιση
- Κατά τη βάρδιση ταλαντεύεται, παραπατά και τρεκλίζει
- Ασταθής κατά τις στροφικές κινήσεις
- Χρειάζεται βοηθητική συσκευή βάρδισης (περιπατητήρας, μπαστούνι, στήριξη στα έπιπλα).