

Jak opiekować się osobą z NTM - cz. II

Właściwy dobór środków absorpcyjnych

dr Elżbieta Szwałkiewicz

W poprzednim wydaniu Kwartalnika NTM prezentowaliśmy pierwszą część artykułu poświęconego opiece nad osobą z NTM. Wówczas przytoczyliśmy kilka porad dotyczących właściwej opieki nad osobami z demencją, prawidłowej komunikacji opiekuna z chorym, jak również zwróciliśmy uwagę na kilka aspektów właściwej higieny skóry. Druga część artykułu poświęcona jest właściwemu doborowi środków absorpcyjnych, w zależności od kilku kluczowych kryteriów, tj.: płeć, stopień samodzielności podopiecznego, nasilenie NTM, oraz mocowanie, rozmiar i rodzaj produktów chłonnych.

Kryteria doboru środków absorpcyjnych

Jak dobrać właściwy produkt? Adekwatnie do poziomu nietrzymania moczu, aktywności i samodzielności osoby z NTM, tak by zadbać o jej i swoje samopoczucie, zmniejszenie wysiłku fizycznego i stresu, ale także, by obniżyć koszty związane z opieką.

Jak ocenić poziom nietrzymania moczu? Poprzez zrobienie tzw. testu podpaskowego, który wykonujemy w następujący sposób: przed założeniem wkładu urologicznego czy pieluchomajtek ważymy je, następnie po zdjęciu ważymy ponownie i oceniamy różnicę w wadze. Pomiar może dotyczyć całej doby lub być testem godzinnym, dlatego jeżeli zużytych będzie kilka produktów chłonnych, powinniśmy zważyć wszystkie i zsumować różnice w wadze. W oparciu o uzyskane wyniki, możemy określić poziom nietrzymania moczu:

- nieznaczny, gdy różnica w wadze jest mniejsza niż 250 ml/24 h;
- lekki, gdy różnica w wadze mieści się w rozdziale 250-800 ml/ 24h;
- średni, gdy różnica w wadze mieści się w rozdziale 800 -1500 ml/24 h;

- ciężki, gdy różnica w wadze wynosi powyżej 1500 ml/24 h.

Cechy podopiecznego takie jak jego płeć, wymiary w biodrach, poziom nietrzymania moczu, sprawność fizyczna i samodzielność w toalecie, to również istotne informacje, które są niezbędne przy właściwym doborze produktu chłonącego. Najczęściej na opakowaniach produktów znajdują się już

informacje o jego chłonności i rozmiarze, jak również sposobie mocowania. Produkty te można podzielić na dwie grupy:

- produkty, które należy używać razem z dopasowanymi majtkami lub jednorazowymi siatkowymi elastycznymi majtkami; są to pieluchy anatomiczne, wkłady i wkładki urologiczne;
- produkty, których użycie nie wymaga dodatkowych mocowań, są to pieluchomajtki utrzymywane wokół bioder za pomocą taśmy, pasów i przylepców oraz majtki chłonne.

Nazwy rynkowe dostępnych produktu mogą być różne, ale przy wszystkich jest podana informacja o poziomie chłonności, natomiast na produktach, które

wymagają mocowanie nie wymaga dopasowanych majtek, jest podana ich wielkość (obwód w pasie i biodrach). Rozmiary środków chłonnych określone są podobnie, jak przy rozmiarze odzieży - symbolami S, M, L. Jednak, mimo wskazanego rozmiaru, zawsze przed pierwszym zakupem należy zmierzyć obwód pasa i bioder podopiecznego, gdyż produkty za duże, za małe, bądź źle założone będą przeciekać. Zasadą jest, że im mniejszy produkt, tym mniejsza zawartość superabsorbentu, który chłonie i żeluje mocz, a tym samym mniejsza chłonność. Chłonność produktu powinna być więc adekwatna do poziomu NTM.

Na rynku dostępne są następujące produkty:

- małe wkładki urologiczne, odpowiednio profilowa-



Fot. ©(移乗介助/sato00)/Fotolia.com

ne, dla mężczyzn i dla kobiet - chłonność od 30 do 100 ml;

- średniej wielkości wkład urologiczny - chłonność od 100 ml do 300 ml;
- duże wkłady urologiczne, czasami nazywane anatomicznymi - od 200 do 480 ml;
- pieluchy anatomiczne - od 500 ml do 3760 ml;
- pieluchmajtki (w zależności od rozmiaru S, M, L) - od 950 ml do 4500 ml;
- majtki chłonne (w zależności od rozmiaru S, M, L) - od 985 ml do 2250 ml.

Całkowita chłonność wskazanych powyżej produktów jest jednak pomniejszana przez ciężar pacjenta (nacisk ciała na produkt).

Średnia pojemność pęcherza to 250 ml, natomiast przeciętne jednorazowe oddanie moczu przy prawidłowo działającym pęcherzu to około 200 ml. Zdrowy człowiek w ciągu doby wydalą, więc około 1500 ml moczu. Dla aktywności i samopoczucia podopiecznego ważne jest, by w codziennej aktywności nie odczuwał dyskomfortu wywołanego ciężkim, pełnym moczem produktem noszonym w bieliźnie osobistej. Dlatego niezwykle ważne jest korzystanie z toalety, a gdy jest to niemożliwe, odpowiednio częste zmienianie produktu. Warto również pamiętać, że inny produkt będziemy stosować w ciągu dnia, a inny w nocy.

Rodzaje produktów wchłaniających

1. Różnego rodzaju wkładki urologiczne, odpowiednio profilowane



- dla kobiet



- dla mężczyzn

Zalecane przy lekkim NTM, dla osób które nie mają objawów demencji. Mogą być stosowane do samodzielnego stosowania, ale także zakładane przez opiekuna. Mogą być zakładane w każdej pozycji podopiecznego: leżącej, na podnośniku, siedzącej, stojącej. Wymagają mocowania dopasowanymi majtkami.

2. Pieluchy anatomiczne



Jest to duży, wyprofilowany do kształtu ciała wkład urologiczny. Bardzo dobrej jakości pieluchy anatomiczne posiadają zakładki zapobiegające wyciekaniu moczu. Wymagają mocowania dopasowanymi majtkami. Najlepiej stosować siatkowe, elastyczne majteczki specjalnie produkowane do tego celu. Pieluchy anatomiczne zalecane są przy średnim i ciężkim NTM, dla osób leżących, z małą aktywnością, które nie korzystają z toalety. Przy zakładaniu wymagają pomocy lub całkowitego wyręczenia przez opiekuna. Mogą być zakładane podopiecznemu w pozycji leżącej, na podnośniku lub stojącej.

3. Majtki chłonne



Zalecane przy lekkim, średnim i ciężkim NTM, dla wszystkich osób. Mogą być samodzielnie stosowane, ale także zakładane przez opiekuna, gdy podopieczny może stać, lub w pozycji siedzącej, unosząc pośladki. Nie zalecane do zakładania w pozycji leżącej podopiecznego lub na podnośniku. Zakłada się je jak zwykle majtki. Nie wymagają dodatkowego mocowania. Podopieczny może korzystać z toalety. Po zużyciu łatwo się je zdejmuje przez rozerwanie boków.

4. Pieluchomajtki

a) mocowane na pasie wokół bioder



Zalecane przy średnim i ciężkim NTM, dla wszystkich osób. Mogą być samodzielnie stosowane, ale także zakładane przez opiekuna. Mogą być zakładane w każdej pozycji podopiecznego: leżącej, na podnośniku, stojącej i siedzącej, gdy podopieczny jest w stanie unieść pośladki. Mają bardzo wygodny sposób mocowania rzepami na pasie owiniętym wokół bioder. Nie wymagają dodatkowego mocowania. Podopieczny może korzystać z toalety, gdyż mocujące rzepy mogą być wielokrotnie przyklejane i odklejane.

b) mocowane za pomocą przylepców

Zalecane przy średnim i ciężkim NTM, dla wszystkich osób. Przy zakładaniu niezbędna jest pomoc lub wyręczenie przez opiekuna. Mogą być zakładane w pozycji w leżącej pozycji podopiecznego, na podnośniku lub stojącej. Nie wymagają dodatkowego mocowania, a mocujące przylepce mogą być wielokrotnie przyklejane i odklejane. Podopieczny może korzystać z toalety, pod warunkiem pomocy opiekuna przy zdejmowaniu i zakładaniu pieluchomajtek.

Prawidłowe założenie produktu zapewnia wygodę, zapobiega przeciekaniu, chroni skórę przed podraż-



nieniem, co sprawia, że poprawia się samopoczucie i zmniejsza napięcie osoby z NTM. By zapobiec przeciekaniu bierzemy pod uwagę zachowanie naszego podopiecznego i odpowiednio do niego dobieramy, dopasowujemy i mocujemy produkt chłonący oraz pilnujemy częstotliwości jego zmiany, a także zawsze dążymy do tego, by korzystał on z toalety. Środki chłonne stosowane w znacznym i ciężkim nietrzymaniu moczu zawsze powinny być traktowane jako zabezpieczenie skóry, a nie jako alternatywa korzystania z toalety zwalniająca opiekuna z obowiązku zaspokojenia potrzeby wydalania w miejscu do tego przeznaczonym, z zachowaniem prawa do intymności. Treningi pęcherza, treningi toaletowe i wydalanie w pozycji fizjologicznej powinny być standardowym postępowaniem w pielęgnowaniu pacjentów z NTM i/lub nietrzymaniem stolca.

W przypadku bezwiednego oddawania stolca zasadą jest zmiana produktów bezpośrednio po wypróżnieniu. Oczywiście jest, że środki pomocnicze chłonne mocz nie spełniają podstawowego warunku - nie pochłaniają wydaliny i nie chronią skóry przed kałem. Chronią jedynie bieliznę osobistą i pościelową przed zabrudzeniem. Jedynym zalecanym postępowaniem jest niezwłoczne, po wydaleniu kału, oczyszczenie skóry i wymiana produktu zabezpieczającego. Nieuzasadnione, z powodów medycznych i ekonomicznych, jest stosowanie do zabezpieczenia bielizny drogich środków absorpcyjnych żelujących mocz, gdyż wystarczą zwykłe wkłady z pulpy celulozowej (dostępne są także z nieprzemakalną warstwą zewnętrzną chroniącą bieliznę osobistą czy pościelową). Takie wkłady są w sprzedaży, często pod nazwą wkładów ginekologicznych. Można je stosować także jako dodatkowe wkłady do pieluchomajtek, żeby nie trzeba było ich wymieniać po każdorazowym zabrudzeniu stolcem. Rytm biologiczny podopiecznego umożliwia opiekunowi dość precyzyjne ustalenie kiedy pacjent powinien skorzystać z toalety.