



## ПАМЯТКА

### Смена постельного белья поперечным способом\_029 У

**Цель:** личная гигиена подопечного

**Кто должен выполнять:**

Сиделка

**Оснащение:**

1. Перчатки одноразовые нестерильные
2. Комплект постельного белья: наволочка, простынь, пододеяльник
3. Простыня
4. Непромокаемый мешок для использованного белья
6. Емкость для сброса перчаток

**Важно!**

Постельное белье меняют 1 раз в 3 дня, при загрязнении – немедленно.

Если к процедуре привлекаются родственники или другие члены команды, следует заранее определить объем участия каждого.

**Последовательность действий:**

1. Подготовьте комплект чистого белья.
2. Скатайте половину простыни в виде валика по всей длине.
3. Встаньте с помощником с обеих сторон кровати, опустите изголовье.
4. Сиделке подвести руки под плечи и голову подопечного и слегка приподнять его, помощнику — извлечь из-под головы подушку. Опустить подопечного на кровать (без подушки).
5. Снимите наволочку с подушки и положите ее в мешок для грязного белья.
6. Наденьте чистую наволочку.
7. Сиделке снять с подопечного одеяло и прикрыть его небольшой простыней, повернуть подопечного на бок, лицом к краю кровати, и поддерживать его в этом положении. Одновременно проводить наблюдение за его состоянием.

8. Помощнику скатать грязную простыню валиком к спине подопечного и расстелить заранее приготовленную и наполовину скатанную чистую простыню, накрывая освободившуюся часть постели.
9. Сиделке приподнять голову и плечи подопечного, помощнику скатать грязную простыню со стороны изголовья до середины кровати.
10. На освободившейся части постелить и расправить приготовленную и свернутую валиком чистую простыню. Положить в изголовье подушку и опустить на нее голову и плечи подопечного.
11. Поднять таз подопечного (активного подопечного попросить опереться на ноги и приподняться над кроватью), сдвинуть грязную простыню в направлении стоп, следом расправить чистую, опустить на нее подопечного. Поместите грязную простыню в мешок для белья.
12. Заправьте под матрас со всех сторон края чистой простыни.
13. Снимите пододеяльник с одеяла, надеть чистый. Грязный пододеяльник положите в мешок.
14. Укройте подопечного. Заправьте одеяло.
15. Использованные перчатки сбросьте в лоток.
16. Помогите подопечному занять удобное положение и убедитесь, что ему комфортно.

