

Άρθρο Νο 2

Η «Υγιεινή του δέρματος και του τριχωτού κεφαλής» στην Κομμωτική και τη Νοσηλευτική.

Από τις εκπαιδευτικούς του ΕΚ Λιβαδειάς, Κοβάνη Παναγιώτα, ειδικότητας Κομμωτικής και Σκαράκη Ζαμπία, ειδικότητας Νοσηλευτικής.

ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ

Μέρος 2^ο

Στο μέρος αυτό του αφιερώματος στην υγιεινή του τριχωτού της κεφαλής θα γίνει περιγραφή της διαδικασίας του λουσίματος κεφαλής σε κλινήρη άρρωστο, με αδυναμία έγερσης και ενασχόλησης με την προσωπική φροντίδα. Μέρος της νοσηλευτικής διαδικασίας της σωματικής υγιεινής, χρειάζεται σε ασθενείς στο νοσοκομείο και κατάκοιτους στο σπίτι.

Υλικά που θα χρειαστούν:

- Τολύπια από βαμβάκι με βαζελίνη για την προστασία των αυτιών.
- Λουτήρας με δυνατότητα μεταφοράς. Διαφορετικά χρησιμοποιείται αδιάβροχο τυλιγμένο κατά μήκος σε ρολό και από τις δύο πλευρές και τετράγωνο τυλιγμένο κατά πλάτος.
- Κουβάς ή λεκάνη για τη συλλογή των υγρών.
- Κανάτα με χλιαρό νερό, έως 40° - 43° C.
- Θερμόμετρο νερού.
- Κατάλληλο σαμπουάν, ανάλογα τις ανάγκες των μαλλιών.
- Δύο πετσέτες.
- Σεσουάρ.

Διαδικασία:

- Είναι σημαντικό πριν από οποιαδήποτε νοσηλευτική φροντίδα, η ενημέρωση και η συγκατάθεση του αρρώστου, ενώ παράλληλα δίνεται η ευκαιρία για επικοινωνία στα πλαίσια του ανθρώπινου ενδιαφέροντος.
- Εφόσον ο ασθενής αισθάνεται έτοιμος, συγκεντρώνουμε τα απαραίτητα υλικά και αφαιρούμε το ρουχισμό, προστατεύοντας από ρεύματα αέρα.
- Αν υπάρχει ερεθιστικό, το κατεβάζουμε και αφαιρούμε επιπλέον μαξιλάρια, διατηρώντας σε ευθεία την κεφαλή ως προς το σώμα του αρρώστου.

- Μεταφέρουμε τον άρρωστο σε επικλινή θέση στην άκρη του κρεβατιού, τοποθετώντας από μία πετσέτα στο μαξιλάρι και μία στο θώρακα.
- Κάτω από τον αυχένα τοποθετούμε το αυτοσχέδιο αδιάβροχο σε ρολό, με την άκρη του να καταλήγει στην λεκάνη ή τον κουβά.
- Τοποθετούμε το κεφάλι με ελαφριά κλίση στο πλάι, ώστε να ρέουν τα απόνερα στον κουβά ή τη λεκάνη.
- Χρησιμοποιούμε τολύπιο από βαμβάκι με βαζελίνη στον έξω ακουστικό πόρο, προστατεύοντας τα αυτιά.
- Τοποθετούμε το κεφάλι μέσα στο αδιάβροχο, υποστηρίζοντας με το ένα ρολό τον αυχένα .
- Βρέχουμε τα μαλλιά.
- Τοποθετούμε μικρή ποσότητα σαμπουάν στην παλάμη μας, ώστε να ξεπλένεται εύκολα.
- Προστατεύουμε, καθώς λούζουμε, το πρόσωπο του αρρώστου με το χέρι μας, χωρίς να παραμελούμε το κάτω μέρος του κεφαλιού και τις περιοχές κάτω από τα πτερύγια των αυτιών.
- Αφού ξεπλύνουμε, επαναλαμβάνουμε τη διαδικασία.
- Ανασηκώνοντας το κεφάλι στραγγίζουμε τα μαλλιά και απομακρύνουμε το αδιάβροχο.
- Αφαιρούμε το βαμβάκι από τα αυτιά και στεγνώνουμε απαλά τα μαλλιά με την πετσέτα του μαξιλαριού.
- Τυλίγουμε γύρω από το κεφάλι τη στεγνή πετσέτα του θώρακα.
- Στεγνώνουμε με το πιστολάκι και χτενίζουμε.
- Βοηθάμε τον ασθενή να ντυθεί και τον τοποθετούμε σε αναπαυτική θέση.
- Απομακρύνουμε και ταχτοποιούμε τα υλικά που χρησιμοποιήσαμε, καθώς και τον βρεγμένο ιματισμό.

Στο νοσοκομείο οι αυτοσχέδιοι λουτήρες αντικαθίστανται με τροχήλατους με ενσωματωμένο για το νερό κάδο. Η τοποθέτηση τους στο πάνω μέρος του κρεβατιού γίνεται αφού αφαιρεθεί το επάνω πλαίσιο, τραβώντας το κρεβάτι προς τα κάτω. Σε ορισμένα Νοσοκομεία κομμώτριες και κουρείς ασχολούνται με το λούσιμο, αλλά και το ξύρισμα του αρρώστου.

Σε ασθενείς με έντονη τριχόπτωση ή όταν υποβάλλονται σε χημειοθεραπεία ή ακτινοθεραπεία αλλάζουμε συχνά μαξιλαροθήκη και αποφεύγουμε ψιλές χτένες. Σε λιπαρά μαλλιά χρειάζεται το λούσιμο να επαναλαμβάνεται τρεις φορές την εβδομάδα, ενώ υπάρχουν ξηρά σαμπουάν που απομακρύνουν τη λιπαρότητα και τους ρύπους.

Διαδικτυακές αναφορές:

Αγγελακόπουλος Β., Μαράκης Χ., Σακελλαροπούλου, Α. (χ.χ) Υγιεινή Κόμης και Τριχωτού Κεφαλής-Τοξικολογία. Τομέας Αισθητικής-κομμωτικής. Ειδικότητα: Κομμωτικής Τέχνης, Β΄ Τάξη-1^{ου} Κύκλου. ΟΕΔΒ-Αθήνα. Ανακτήθηκε στις 19 Απριλίου 2022 από: http://ebooks.edu.gr/ebooks/v/pdf/8547/4460/24-0410_Ygieini-Komis-kai-Trichotou-Kefalis-Toksikologia_G-EPAL_Vivlio-Mathiti/

Γκουργκούλη, Ε., Κισσούδη, Α., Λυκοστράτη, Αι., Πετροπούλου, Ε. (χ.χ). ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ ΘΕΩΡΙΑ – ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ. Β΄ ΕΠΑ.Λ. ΕΠΙΛΟΓΗΣ Γ΄ ΕΠΑ.Λ. Ειδικότητα: Βοηθών Νοσηλευτών ΤΟΜΕΑΣ ΥΓΕΙΑΣ – ΠΡΟΝΟΙΑΣ – ΕΥΕΞΙΑΣ. ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ ΥΠΟΛΟΓΙΣΤΩΝ ΚΑΙ ΕΚΔΟΣΕΩΝ «ΔΙΟΦΑΝΤΟΣ». Ανακτήθηκε στις 19 Απριλίου 2022 από: http://ebooks.edu.gr/ebooks/v/pdf/8547/4282/24-0225-02_Nosileutiki_B-G-EPAL-Theoria-Ergastirio/

<https://www.onmed.gr/omorfia/story/327628/poso-syxna-prepei-na-loyzeste>