

# Úprava lůžka

Úprava lůžka je důležitou součástí základní ošetrovatelské péče. Dobře ustlané lůžko přispívá podstatně ke zvýšení pohodlí nemocného. Vhodnou úpravou lze předejít některým komplikacím (např. proleženinám). Sestry přestylají lůžka všem nemocným zpravidla **dvakrát denně** – ráno a večer. Těžce nemocným pak ještě kdykoliv během dne podle potřeby. Úprava lůžka, zvláště s ležícím nemocným, je výkon fyzicky velmi náročný. Pro snížení tělesné námahy i urychlení ranních prací je výhodné, mohou-li pracovat vždy dvě sestry současně, každá z jedné strany lůžka.

## Úprava prázdného lůžka

Chodící nemocní lůžko před stláním opustí. Z lůžka odstraníme pomocná zařízení, odsuneme denní stolek od lůžka. Před lůžko postavíme židli, na kterou odkládáme postupně polštář, pokrývku, ev. podložky. Lůžko vždy rozesteleme až na matrace. Pak dobře upevníme základ lůžka, aby prostěradlo i podložka zůstaly dlouho napjaté. Podle potřeby nahradíme znečištěné prádlo čistým, případně celé lůžko převlékneme. V nemocnicích se setkáváme s několika způsoby upevnění prostěradla:

- pomocí **uzlů**, které se váží z rohů prostěradla,
- **svazování cípů** prostěradla tkanicí nebo obinadlem je velmi výhodný způsob, prostěradlo je dobře upevněno na dlouhou dobu, lůžko je stále pěkně upravené,
- cípy prostěradla svážeme přímo k sobě – dá se užít jen tam, kde máme k dispozici dostatečně široká prostěradla.
- založení okrajů prostěradla, tzv. **psaníčko** – úprava novorozeneckých a kojeneckých lůžek.

Jakmile máme upravené prostěradlo, položíme přes střední část lůžka **plátěnou podložku** a zasuneme ji pod matrace. Má-li nemocný problémy s vyprazdňováním nebo má-li operační ránu, kožní defekt, invazivní vstup v oblasti břicha, hýždí, genitálu nebo stehy, vkládají se v současnosti do střední části lůžka **jednorázové podložky**, které jsou prodyšné a přitom nepropustné pro sekrety-exkrety, chrání lůžkoviny před znečištěním. Gumové podložky, které se dříve vkládaly do lůžka pod plátěnou podložku k ochraně zejména matrací před znečištěním, se v současné době téměř nepoužívají, neboť představují velké riziko pro vznik opruzenin, dekubitů a množení anaerobních mikroorganismů. Matrace mají ochranný povlak proti znečištění.

Pokrývku rozložíme do lůžka tak, aby po úpravě sahala nemocnému asi k ramenům. Okraje pokrývky zahneme tak, aby byly zároveň s hranou matrace a podsuneme ji pod matraci v dolní části lůžka. Upravíme polštář, vrátíme do lůžka pomocná zařízení, stolek přisuneme k lůžku na dosah ruky nemocného.



- **Prostěradlo** - vázat každý uzel zvlášť a prostěradlo vypnout (vyrovnat).
- **Podložka** - zahrnout ji po stranách pod matraci.
- **Polštář a kapna** (tj. povlečení deky) - při povlékání a manipulaci se snažit nevířit prach a patogeny.
- **Zahrnout deku** pod matraci a vše zkontrolovat.
- Na závěr **zvednout postranice** (aby na čisté lůžko do příchodu pacienta nikdo nesedal).

**DALŠÍ OŠETŘOVATELSKÁ VIDEO ZDE: [Portál:Ošetrovatelské\\_dovednosti](#)**

## Úprava lůžka s nemocným

Nemůže-li nemocný lůžko během stlání opustit, řídí se pracovní postup stavem a možnostmi nemocného. Úpravě věnujeme zvýšenou pozornost. Lůžko rovněž rozesteleme až k matracím (uvolníme pokrývku, podložku i prostěradlo). Nemocný se otočí na bok, nebo se nadzvedne. Jednotlivé vrstvy zbavíme drobtů a smetí a znovu je dobře vypneme. Potřebuje-li nemocný čisté prostěradlo, můžeme je pod ním vyměnit po délce, nebo po šířce lůžka. Volba metody závisí na tom, do jaké míry je nemocný na lůžku pohyblivý.

### Výměna prostěradla po délce

Může-li se nemocný otáčet na bok, odložíme na židli polštáře a přikrývku a otočíme jej na bok. Na volné straně lůžka uvolníme prádlo, rozvážeme cípy prostěradla. Použité prádlo stočíme až k tělu nemocného. Na prázdnou matraci položíme čisté prostěradlo, podložku a zasteleme. Přetočíme nemocného na ustlanou polovinu lůžka. Špinavé prádlo shrneme a odložíme do vozíku nebo koše na prádlo. Rozložíme, vypneme a zasteleme prostěradlo, podložku a otočíme nemocného na záda. Stlání ukončíme úpravou pokrývky a polštáře. Neopomeneme se nemocného zeptat, jak se mu leží. Někdy zdánlivě malá dodatečná úprava lůžka výdatně zlepší subjektivní pocit nemocného.

### Výměna prostěradla po šířce

Tento způsob výměny prostěradla volíme jen v případě, kdy se ležící nemocný **nemůže na lůžku otáčet**. Pracují vždy **dvě osoby** současně. K výměně připravíme čisté prostěradlo, které zřasíme po šířce asi do tří čtvrtin. Pracovní postup začínáme jako při výměně prostěradla po délce. Po uvolnění základu lůžka a odstranění polštáře shrneme pod hlavou nemocného použité prostěradlo. Čisté zřasené prostěradlo zasuneme volnou částí pod horní matraci a začneme uvolňovat zřasení. Stojíme bokem k lůžku. Rukou, která je blíže k nemocnému, zvedáme postupně nemocného, druhou rukou stáčíme použité a roztáčíme čisté prostěradlo. Během výměny dbáme, aby nemocný neležel přímo na holých matracích a abychom čisté prostěradlo rozložili pod nemocným rovnoměrně. Dodatečná úprava prostěradla je velmi obtížná. Máme-li vyměněno prostěradlo, připravíme podložku. Plátěnou podložku položíme přes lůžko, stočíme je z obou podélných stran ke středu do dvojité ruličky a přeložíme na polovinu. Takto připravenou zasuneme nemocnému pod hýždě asi v polovině lůžka, rozprostřeme a obě ruličky rozvineme do stran. Úpravy dokončíme výše popsaným způsobem.

## Odkazy

### Související články

- Ošetrovatelský proces