

Тақырыбы: Қария науқастардың күтімінің негізгі принциптері



Орындаған: Турдалиев Ф.Х.

Курс: 6

Тобы: 612

Қабылдаған: Асанова Ғ.Қ.

Шымкент 2016ж.

ЖОСПАР:

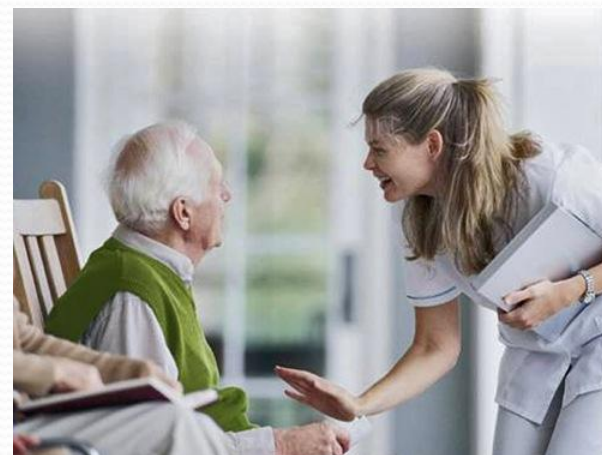
- **I.Кіріспе**
- 1. С.П.Боткин және И.И.Мечниковтың қартаю туралы түсініктері
- **II.Негізгі бөлім:**
- 1.Қарт адамдардың денсаулығын сақтаудың маңызды факторлары
- 2. Қария науқастардың күтімінің негізгі принциптері
- **III.Қорытынды**
- 1.Қария науқастардың күтімі: физиологиялық қажеттіліктерді атқаруға
- көмектесу

Қария науқастардың күтімінің негізгі принциптері

- Соңғы онжылдықтарда барлық тірі организмдердің оның ішінде адамның қартаю құбылыстарын зерттейтін ғылым табысты дамып отыр. Бұл ғылым геронтология деп аталады да қартаю белгілерін механизмін заңдылықтарын зерттейді. Қарттық – заңды түрде болатын соңғы жас кезеңі. С.П.Боткин мен И.И.Мечников физиологиялық және уақытынан бұрын қартаю болатыны туралы түсінікке сүйенді. Уақытынан бұрын қартаю жасына байланысты өзгерістердің, атап айтсақ басынан өткерген аурулардың салдарынан немесе организмнің икемделгіш мүмкіндіктерін төмендететін немесе керісінше өзгертетін және ертерек қартаюға жағдай жасайтын сыртқы ортаның қолайсыз факторларының әсерінен неғұрлым ертерек қартаю процесі сипатталады.



- Физиологиялық қартаю ой және ой саулығының, белгілі бір дәрежеде жұмыс қабілетінің қатынасы мен ықыласы сақталуымен сипатталады. Жасына қарай адам организмімен барлық физиологиялық жүйелерде біртіндеп өзгерістер бола береді де икемделудің төменгі мүмкіндігіне жетеді. Мысалы, жасы ұлғайған сайын көру, есту, ткандердің жұмсақтығы, зат алмасу көрсеткіштері, қан тамырлары қабырғаларының жұмсақтығы т.б. өзгереді.



- Біздің елде егде адам қоғамның масылы емес – сол қоғамның ілтипаты мен құрметіне бөленетін мүшесі. Елімізде халықтың әл – ауқатын, жалпы және санитарлық мәдениетін көтеру, мемлекетіміз бен қоғамымыздың қамқорлығы халқымыздың денсаулығын сақтап, оның ұзақ белсенді өмір сүруіне мүмкіндіктер беріп отырғанын біз көріп отырмыз.



- Қарт адамдардың денсаулығын сақтаудың маңызды факторы – кәсіби шұғылдануы, сондықтан жұмыс істейтін адамдарға жалақысынан басқа зейнетақысының 100 немесе 50%-ын төлеп ынталандырып отыр. Ұзақ өмір сүрудің негізгі факторы – еңбек, дұрыс ұйымдастырылған және қанағаттандыратын демалыс, құнарлы тамақ, көп қимылдау режимі, адамдар арасындағы ізгі қарым – қатынас. Патологиялық процестердің баяу өсуі қартыққа тән, соған байланысты ауырып қалу әркімде әртүрлі өтеді, бұл реактивті процесс деңгейінің жалпы төмендеуі жөнінде көрсетеді.



- Қарттық шақтағы адамдардың негізгі патологиясы созылмалы аурулардан тұрады: ми мен жүрек қан тамырларының атеросклерозы, қантты диабет және көптеген басқа да түрлері. Созылмалы аурулардың жиналу процесі біртіндеп 40-50 жастан басталады, сондықтан олардың алдын алуды ертерек бастау керек. Қарттық шақтағы сырқаттар күтімі неғұрлым күрделі, ол медицинадан көп уақыт пен зер салуды талап етеді.



- Күтімнің басты принципі – сырқаттың жеке басын сыйлау оның дене және психикалық кемшіліктеріне (ашуланшақтық, сөзшендік, кейде ақылы аздық) шыдамдық білдіру. Мейіркеш белгілі бір белгілердің ауруы барлығын байқататынын және тиісті күтім мен емдеу сырқаттың күйін біршама жеңілдете білуі тиіс. Емдеу – сауықтыру шаралары комплексінің бәрі сырқаттың жұмыс қабілетін қалпына келтіруге, ал мүмкіндік болмаған жағдайда оның қимылдап, өзіне-өзі қызмет етуге бағытталуы тиіс. Күтімнің нәтижелі болуы көбіне қарт сырқаттардың медициналық қызметкерлермен психологиялық қатынасына байланысты, оның сырқатқа зор көңіл аударуы және сенімі аса күшті фактор болып саналады.

- Қарттық шақтағы сырқаттардың жалпы күтімнің өзіндік ерекшеліктері бар. Олардың ұйқысы жиі бөлінеді соған байланысты күндіз қалғып түнде ұйықтай алмайды. Мейіркеш ұйқы сағатын өзгертуге тырысып, ұйықтай алмау себебін анықтап, мүмкіндігінше оны болдырмауы тиіс. Ұйықтататын дәрі дәрігердің қатаң белгілеуі бойынша беріледі. Түнгі ұйқының жақсы болуының маңызды факторы – палатада таза ауа (18-22 С), жылы да жеңіл жамылған, жайлы жағдай болуы, арқасын сипау, ал кейде жылы сусын беру. Жасқа байланысты өзгерістердің пайда болу салдарынан сырқаттың сүйек буындары жүйесінің ауралары түнде жиі мазалайды. Омыртқаның ауруын жеңілдету үшін төсекті неғұрлым ыңғайлы төсеп, кереует дененің салмағымен майыспауы үшін матрац астына тақтай төсейді. Буындар ауырған кезде төсекте аяқ-қолдың дұрыс қалыпта болуын, қажет болған жағдайда жастыққа салуды қадағалау қажет.

- Сырқаттың төсек режимін сақтап дәрігер белгілеген дәрі-дәрмектерді дер кезінде қабылдап массаж жасауын қадағалаудың маңызы зор. Егер сырқатқа гигиеналық ванна рұқсат етілсе мейіркеш алдын-ала ванна бөлмесін дайындап сол процедураға қатысады. Ауаның температурасы 25 С-дан төмен болмауы керек. Сырқат сырғып құлап аяқ қолын сындырып алмас үшін ваннаның жанында еденде төсеніш ағаш немесе резеңке болуы қажет. Мейіркеш алдын-ала қажетті температурадағы су құйылған ваннаға кіруге көмектеседі. Әдетте қарттық жастағы адамдарға душ белгілейді, оны олар тұрып, отырып немесе арнайы кушеткада жатып қабылдайды. Өйткені сабынды қолдана отырып гигиеналық ваннаны жиі алу мұндай сырқаттың терісін құрғатып қышытады, шампунь, май, балалар абыны қолданылады.

- Қарт сырқаттың терісі тез жара болатынын, сезімталдығы жойылатындығын, оған түскен қабыну процесі терінің ойылуы тез өршитінін, тез жазылмайтынын есте сақтау керек. Ыстық басқы қолдану арқылы сырқаттың денесінде күйік пайда болуы мүмкін. Сондықтан бұл сырқаттарға мұқият жеке – дара күтім қажет. Кереуеттің биіктігі 60 см-ден аспай әрі сырқатты отырғызып қоюға арналған тетігі болуы тиіс. Оның төсегін әлсін -әлсін сілкіп салып онда қиқым жиырылып қалу жамау болмауын қадағалау қажет. Егер сырқаттың жағдайы жараса оны жиі аударып, терісі қызарса оны қатты құрғақ сүлгімен сүрту керек. Әрбір дәрет алғаннан соң сырқатты жуып – шаю қажет. Зәрі тұрмаған жағдайда оның терісі борсып, ойылады.

- . Оны болдырмау үшін сырқаттың астына резеңке дәрет ыдыс қойып жиі дәрет алғызып шатының терісін құрғата сүртіп кез-келген маймен немесе креммен майлайды. Сырқаттың терісін әсіресе ойылатын жерлерін: арқасын сегізкөзін жауырынын күнделікті сүрту керек. Қарт адамдардың тырнағы сынғыш келеді сондықтан оны қандай да бір маймен ең дұрысы кастор майымен майлау керек. Кексе адамдардың ішек жолының жұмысы жиі бұзылады, перистальтиканың нашарлауынан үнемі іші қатады. Мұндай жағдайда күнделікті тазалау клизмасын қоюға болмайды, өйткені ішектің шырышты қабатын тітіркендіреді әрі оған үйреніп алады. Іш қатумен күресу үшін рационға клетчаткасы мол тағамдарды: алма, қара өріктің 16 талын ыстық қайнаған су құйып түні бойы тұндырады да жылы күйінде ішеді, түнге қарай бір ас қасық күнбағыс майы қосылған айран, қара нан енгізу қажет.

- Ашқарынға күнделікті бір стакан салқын су ішу керек. Кейде нәжіс қатып ішекті кернеп онда ойықтар жасауы да мүмкін. Мұндай жағдайда нәжісті қолмен шығарып тастау керек. Ол үшін сырқаттың астына дәрет ыдыс қойып мейіркеш резеңке қолқап киіп вазелинмен майлап екінші саусағын тікішекке енгізеді қатқан нәжісті бөліп шығарады. Содан соң сабынды тазалау клизмасын қояды.

- Қартаю процесінде адамның нерв жүйесінде ми тамырларының атеросклероздық өзгеруімен тығыз байланысты бірқатар өзгерістер болады. Жоғары нерв қызметі бұзылады, ол жұмыс қабілетінің төмендеуімен, зейіннің, есінің нашарлауымен, ұйқысының бұзылуымен, көңіл күйінің тұрақсыздығымен сипатталады. Нерв жүйесінің жасқа байланысты өзгеруі, оның икемделгіш әсерінің төмендеуі, нерв жүйесін әлсіретіп ашуланғыш, тез қозғыш етіп, қалпына келгіштігін баяулатады. Кексе және қарттық шақтағы адамдарда неврологиялық аурулар сондай-ақ психикасының бұзылуы: психоздар, депрессиялық күй жиі байқалады. Мұндай сырқаттарды күтуде мейіркеш рөлі өте зор.

- Кексе және қарттық жастағы сырқатты емдеудің негізгі факторларының бірі – теңестіру концепциясы негізінде дұрыс әрі сапалы тамақтандыру. Тамақтық заттар құнарлы әрі біркелкі болуы тиіс. 60-70 жастағы қарт адамдардың тәуліктік рационының калориясы 20-30 жасар адамның тәуліктік калориясының (яғни 2800-3200 Ккал) 79%, ал 70-тен асқан адамның рационы 69% болуы тиіс. Тамақтың калориясы негізінен оттегі және жануар майы есебінен азайтылуы керек. Кәрі адамдар көбіне өсімдік майларын көбірек қолдануы тиіс, оларда маңызсыз май қышқылдары бар, олар қанда холестерин қоспасын азайтуға жәрдемдеседі: сол арқылы атерогенезді баяулатады.

- Қартайған организмнің белкқа қажеттілігі кексе шақтағыға қарағанда еш кемімейді, ол дене салмағының 1 кг-на 1.2г мөлшерінде тәулігіне 120г қалады. Минералды тұздар мен микроэлементтер де жасқа қарай өзгермейді, алайда ас тұзын қолдану тәулігіне 6-8г шектеледі. Сұйық тек іскенде ғана шектеледі. Рационда әсіресе С витаминін немесе аскорбин қышқылын көбейту керек. Ол қан тамырларын тығыздап тағамдық заттарды сіңіру процесіне қатысады. С витамині қара қарақатта, итмұрында, көк пиязда өте көп мөлшерде болады, сондықтан мұндай сырқаттарға итмұрын тұнбасын қантқа шыланған жас қара қарақат берген пайдалы.

- Сондай-ақ қарт адамдардың тістері болмайды, бұл адамның тағамды нашар шайнап оның асқазан мен ішекте қорытылуын төмендетеді, соның нәтижесінде қарын-ішек қызметі бұзылады. Сондықтан қоймалжың жақсылап шыланған тамақты күніне 4 рет шағын үлеспен беру қажет. Егер алмалы – салмалы жасанды тістері болса, оны шығарып, жуып түнге қарай стаканға салып қояды. Кексе және қарттық шақтағы сырқаттар дәрі-дәрмекті ұзақ уақыт бойы істелерде жанама құбылыстар немесе дәрілік аллергия болады. Қарын – ішек жолының құрылымдық және функциялық өзгерістеріне байланысты дәрі қолдану сырқаттың жасына қарай азайтылады.

Қорытынды:

- Сондықтан ішкен бірқатар дәрілер организмге аз мөлшерде әрі нашар сіңеді. Әсіресе бауырдың, бүйректің, терінің қызметі төмендеуінен зат алмасу процесінің нашарлауына байланысты олардың шығуы өзгереді: дәрі организмнен баяу шығады және қанайналымда ұзақ сақталады. Бауыр қызметі нашарлауынан шығарылған дәрі – дәрмек және оның бөлінулері организмде көп жиналып мұның бәрі дәрілік улануға, яғни интоксикацияға алып келеді. Сондықтан мұндай сырқаттарға дәрі беру мөлшерін азайтып, су және тағамдық рационды сондай-ақ диурезді ескере отырып жеке – дара белгілейді. Гериартиялық тәжірибеде дәрілік ем жасау зор мұқияттылықты талап етеді. Аурухана жағдайында мейіркеш сырқатқа дәріні өзі беріп, оның қабылдауын қадағалауы тиіс.