

## Materiały edukacyjne

<b>ZALECENIA PIELĘGNIARSKIE DLA PACJENTÓW PO ZAŁOŻENIU RURKI TRACHEOTOMIJNEJ</b>	<b>nr 13</b>
--------------------------------------------------------------------------------------	--------------

### Proszę pamiętać, aby:

- prowadzić uregulowany, oszczędzający tryb życia, dbać o sprawność fizyczną, ale bez sportów wysiłkowych,
- dbać o toaletę rurki, utrzymać czystość i usuwać wydzielinę, czyścić kaniulę wewnętrzną 3-4 razy dziennie pod ciepłą bieżącą wodą za pomocą specjalnej szczoteczki,
- dbać o utrzymanie należytej higieny skóry wokół tracheostomii, powinna być sucha i czysta. Skórę myć ciepłą przegotowaną wodą i gazikiem minimum 2 x dziennie. Pod rurkę podkładać czysty, suchy gazik (wchłania wydzielinę i zapobiega odleżynom),
- umocować rurkę tracheotomijną tasiemką. Tasiemka powinna być zawiązana z tyłu na kokardę nie na węzeł i w taki sposób, aby pomiędzy tasiemką, a szyją zmieścił się 1 palec,
- zmieniać tasiemkę mocującą rurkę w razie zabrudzenia,
- celem odpowiedniego nawilżenia podawać do rurki 1-2 cm soli fizjologicznej. Wywoła to kaszel, rozrzedzenie wydzieliny i ułatwi jej usunięcie,
- przyjmować odpowiednią ilość płynów (około 2 litry na dobę), najlepiej niegazowanej wody mineralnej,
- stosować dietę wysokobiałkową, łatwostrawną, bogatą w witaminy. Konsystencja potraw zależy od trudności w połykaniu,
- ze względu na brak możliwości ogrzewania i nawilżenia powietrza przez rurkę, ubierać się stosownie do pory roku, unikać gwałtownych różnic temperatur,
- zapewnić odpowiednią wilgotność pomieszczenia poprzez używanie nawilzaczy elektrycznych powietrza czy na kaloryferach.