

**IGIENE PERSONALE OSPITI NEL  
RISPETTO DELLA PRIVACY****EFFETTUARE UNA CORRETTA IGIENE PERSONALE ALL'OSPITE  
NEL RISPETTO DELLA PRIVACY****INDICE DELLE REVISIONI**

Numero	Data	Descrizione	Paragrafi Variati	Pagine Variate
00	01/02/16	Prima emissione	TUTTI	TUTTE

**RESPONSABILITA'**

	<b>ELABORAZIONE</b>	<b>VERIFICA</b>	<b>APPROVAZIONE</b>
<b>DATA</b>	01/02/16	01/02/16	01/02/16
<b>FUNZIONE</b>	Il Direttore di Struttura	L'Infermiere e Referente OSS	Presidente del Consorzio Obiettivo Sociale
<b>FIRMA</b>			

	PROTOCOLLO DI LAVORO		<b>PL009</b>
	<b>IGIENE PERSONALE OSPITI NEL RISPETTO DELLA PRIVACY</b>		Rev. 00 del 01/02/16 <span style="float: right;">Pag. 2 di 8</span>

## 1 SCOPO E CAMPO DI APPLICAZIONE

Scopo della presente istruzione di lavoro è quello di definire le corrette modalità di effettuazione dell'igiene personale degli ospiti delle strutture residenziali.

## 2 RESPONSABILITA'

Le responsabilità operative della presente Istruzione Lavoro sono di tutto il personale socio-assistenziale ed infermieristico.

## 3 MODALITA' OPERATIVE

**Finalità dell'igiene personale:** pulizia; stimola la circolazione e riduce la tensione muscolare; consente il controllo dello stato della cute e delle mucose; evita la macerazione della cute; favorisce il benessere e l'autostima

### Igiene dei capelli

- ❖ Ha lo scopo di asportare sporco e sebo dal cuoio capelluto.
- ❖ Può favorire un certo rilassamento nel paziente.
- ❖ Contribuisce ad aumentare il senso di autostima.
- ❖ La spazzolatura giornaliera favorisce la distribuzione degli olii naturali nel cuoio capelluto attraverso una specie di massaggio.

### Igiene delle unghie e delle estremità

Le estremità sono soggette maggiormente a rischio a causa della loro maggiore esposizione rispetto alle altre parti del corpo. Le unghie riflettono le condizioni generali di salute del paziente e le abitudini di vita, unghie fragili possono essere la conseguenza, di una dieta poco equilibrata o di febbre, unghie disidratate o con depositi di materia sottostante possono essere riferite al tipo di attività lavorativa o a scarsa igiene personale, nonché la poca attenzione che l'OSS presta nell'osservare l'ospite. L'igiene quotidiana delle unghie deve comprendere la rimozione del materiale depositato sotto l'unghia, lo spingere indietro le cuticole e preferibilmente la limatura. Per prevenire le unghie incarnite o le lesioni cutanee a livello dei piedi e' indispensabile oltre alle cure igieniche utilizzare scarpe comode, della giusta misura e forma.

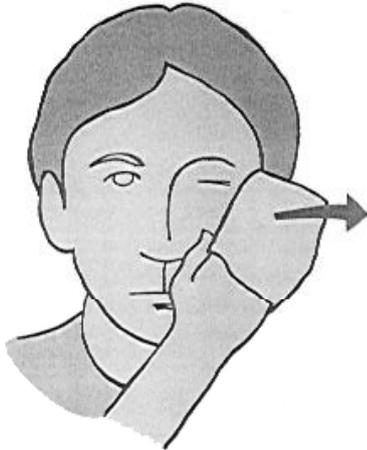
### Igiene oculare, auricolare e nasale;

Gli occhi in condizioni normali richiedono una cura minima in quanto le lacrime li lavano costantemente, mentre palpebre e ciglia impediscono a elementi estranei di raggiungere l'occhio. Le persone che portano occhiali o lenti hanno una necessità maggiore di cura oculare.

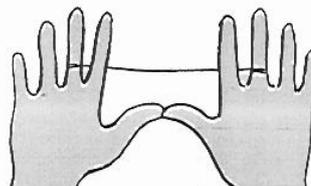
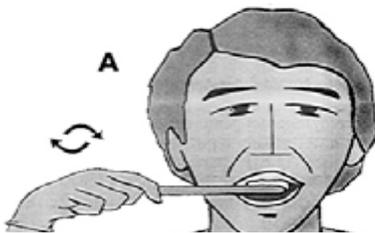
Le orecchie richiedono soltanto la pulizia del padiglione auricolare.

Non si devono mai utilizzare oggetti appuntiti o bastoncini cotonati da inserire nel canale auricolare per il rischio di perforazione timpanica e di spingere il cerume più internamente. Quando si verifica un accumulo eccessivo di cerume dovrà essere rimosso dall'infermiere o dal medico.

Il naso deve essere pulito soffiando delicatamente con entrambe le narici, in quanto chiudendo una narice si rischia la penetrazione di materiale estraneo nelle trombe di Eustachio.

**Igiene orale**

La bocca e i denti hanno una grande importanza per la masticazione e la digestione dei cibi e quindi l'uso giornaliero dello spazzolino, del filo interdentale ed eventualmente di un collutorio rimuove i residui di cibo e la placca (composta da batteri ed elementi salivari). Quando si lascia che la placca rimanga sui denti questa si indurisce e forma il tartaro che non può essere più rimosso semplicemente con il lavaggio dei denti ma dovrà essere grattato via dal dentista con appositi strumenti.

**Igiene intima.**

L'igiene intima è fondamentale per la prevenzione delle infezioni, infatti l'area uro-genitale e perianale, proprio per le attività di eliminazione rappresenta la zona a maggior rischio. La presenza o peggio ancora la permanenza di residui fecali o di urina, facilita la proliferazione batterica, spesso, se a seguito della defecazione o minzione l'ospite non è sollecitamente lavato, si creano forti sensazioni di fastidio e prurito, per cui scaturisce il bisogno di lenire questo fastidio cercando di grattarsi, con la conseguenza di sporcarsi le mani e spargere i residui soprattutto fecali sia sul letto che sul resto del corpo, con conseguenze dannose sia per l'ospite che per l'operatore.

Quindi l'igiene è essenziale per la salute; fa star bene la persona con se stessa e con gli altri.

	PROTOCOLLO DI LAVORO		<b>PL009</b>
	<b>IGIENE PERSONALE OSPITI NEL RISPETTO DELLA PRIVACY</b>		Rev. 00 del 01/02/16 <span style="float: right;">Pag. 4 di 8</span>



## ISTRUZIONI:

**Igiene personale - Tipologie:** bagno a letto (spugnatura) con periodicità definita dal Coordinatore; igiene parziale del viso, bocca, mani, ascelle, piedi, intima quotidiana (da ripetersi anche dopo l'evacuazione)

- Nel corso di queste attività è importante: rispettare l'intimità del paziente, educarlo all'importanza dell'igiene, valutare le sue possibilità di autonomia, incoraggiare la sua partecipazione, proteggerlo da raffreddamenti
- Per i lavaggi a letto procurarsi prima di iniziare: catino con acqua a 37°-40°, padella, bricco, sapone, un asciugamano, manopole, deodorante, creme etc.
- Controllare sempre lo stato delle unghie di mani e piedi
- Controllare lo stato della cute per evidenziare l'eventuale presenza di arrossamenti dovuti al decubito obbligato, edemi, ulcere, o qualunque presenza di infiammazioni locali (leggeri massaggi possono essere eseguiti, mentre il paziente si trova in posizione laterale, ogniqualvolta ci si curi della sua igiene personale)
- Prestare attenzione all'igiene dell'ombelico e delle pieghe cutanee
- Asciugare bene la cute, anche in regione sacrale, onde evitare di favorire l'insorgenza di lesioni da decubito
- provvedere alla pulizia ed al riordino del materiale utilizzato
- segnalare sul diario giornaliero eventuali lesioni od alterazioni di qualsiasi tipo riscontrate

### 3.1 IGIENE PERSONALE TOTALE

L'anziano, per quanto possa essere autonomo, necessita di un aiuto psicologico e tecnico per migliorare la cura di sé. Si definisce cura della propria persona la capacità di una persona di compiere autonomamente le funzioni che permettono il soddisfacimento dei propri bisogni personali primari. La possibilità di eseguire in modo indipendente le attività di cura della propria persona, migliora il benessere psicologico dell'ospite, perché ha una influenza positiva sul concetto di sé e sulla capacità di controllo. L'obiettivo deve essere quello di aiutare il paziente, che per una qualsiasi patologia non riesce ad occuparsi della cura della propria persona, a raggiungere il massimo grado di autonomia possibile nel suo caso. È importante evitare di effettuare in sostituzione del paziente attività che egli potrebbe eseguire da solo, con l'intenzione di risparmiare tempo e sforzi, perché si ostacola il processo di raggiungimento della autonomia.

Solo quando il grado di autonomia dell'ospite non è sufficiente allora è necessario che ad occuparsene sia l'operatore.

	<b>PROTOCOLLO DI LAVORO</b>	<b>PL009</b>	
	<b>IGIENE PERSONALE OSPITI NEL RISPETTO DELLA PRIVACY</b>	Rev. 00 del 01/02/16	Pag. 5 di 8

L'igiene personale garantisce che la pelle sia mantenuta in buone condizioni e quindi possa svolgere le sue funzioni che sono la:

- regolazione della temperatura corporea
- percezione delle sensazioni che vengono dal mondo esterno
- protezione del corpo
- Stimolazione della circolazione per la frizione esercitata a livello cutaneo e la vasodilatazione superficiale dovuta ad acqua calda o tiepida.
- Contribuisce a mantenere il tono muscolare e la mobilità delle articolazioni.

Inoltre garantisce:

- la prevenzione delle piaghe da decubito
- l'idratazione della pelle
- l'eliminazione di cattivi odori
- una sensazione di benessere
- l'eliminazione delle cellule morte della cute
- la riproduzione cellulare della cute
- la rimozione di sebo in eccesso, polvere e sporco, sudore, batteri.

L'assistere il paziente durante il bagno permette all'operatore di valutare le condizioni fisiche del paziente e incoraggiare la comunicazione operatore/ paziente.

#### ➤ **BAGNO IN VASCA**

E' da eseguirsi in caso di soggetti che non hanno gravi limitazioni nel movimento e per le quali non sono controindicate l'immersione e la permanenza nell'acqua (10-15 min.), dovranno eseguirsi le seguenti operazioni:

- preparazione dell'ambiente e controllo della temperatura (22-24°C)
- verifica della pulizia dei sanitari
- preparazione dell'acqua per il bagno con la precauzione di riempire la vasca per metà della sua capacità e inserendo prima acqua fredda e poi calda per la miscelazione per evitare pericoli di ustione
- verificare la possibilità di avere un tappeto anti-scivolo all'interno della vasca.
- l'operatore aiuta la persona a portarsi nel bagno e ad entrare nella vasca
- aiuta la persona nell'igiene delle parti del corpo più difficilmente raggiungibili avendo cura di indossare guanti monouso.
- dopo l'uso la vasca dovrà essere pulita ed igienizzata

#### ➤ **DOCCIA**

- Se ospite deambulante: mettere a sedere l'ospite sul seggiolino seguendo Protocollo Mobilizzazione
- Assicurarsi che i maniglioni di sicurezza siano stesi e pronti all'uso
- Usare i prodotti appositi (personali a da fornitura comune: shampoo, bagno schiuma, manopola) per il corpo o per i capelli
- Insaponare con una manopola saponata, sciacquare abbondantemente con acqua a 37°/40°, asciugare bene con un telo bagno
- Collocare il tappetino antiscivolo sotto i piedi dell'ospite
- Fare attenzione: non procedere al lavaggio dei capelli se l'ospite ha usufruito del servizio parrucchiere lo stesso giorno in programmazione bagno o il giorno precedente

#### ➤ **BAGNO A LETTO (SPUGNATURA)**

- Verificare che l'ospite non sia soggetto a correnti d'aria
- Preparare una brocca con acqua Onde evitare l'affaticamento ed il raffreddamento della persona si richiede un'accurata preparazione di tutto il materiale necessario.
  - Bacinelle
  - Padella

	PROTOCOLLO DI LAVORO	<b>PL009</b>	
	<b>IGIENE PERSONALE OSPITI NEL RISPETTO DELLA PRIVACY</b>	Rev. 00 del 01/02/16	Pag. 6 di 8

- Brocca d'acqua a 37°/40°, con manopola monouso e prodotto specifico (su indicazione dell'Infermiere) in alternativa a salviette umidificate o garze imbevute (su indicazione dell'Infermiere)
- Guanti monouso
- Tela cerata
- Spugna
- Sapone
- Biancheria per il letto
- Asciugamani
- predisporre il materiale
- mettere la persona, se le condizioni lo consentono in posizione orizzontale
- rimuovere le coperte, lasciando solo il lenzuolo superiore alzato
- applicare una tela cerata ed un lenzuolo a coprire l'intero piano del letto
- aiutare la persona a togliere il pigiama o la camicia e la biancheria intima
- abbassare il lenzuolo piegandolo all'altezza della vita
- coprire il tronco della persona con un asciugamano
- indossare i guanti monouso
- il primo operatore usa la spugna (meglio la manopola), lava e risciacqua la persona
- il secondo operatore, di supporto, bagna, insapona e sciacqua la spugna o la manopola tenuta dal collega, versando l'acqua dalla brocca e raccogliendola nella bacinella
- aiutare inoltre ad immobilizzare la persona nel letto e ad asciugarla

Vengono lavati ed asciugati nell'ordine:

- viso e collo
- ascella
- spalla
- braccio
- mano prima da un lato e quindi dall'altro
- tronco ed addome anteriormente

***Persona in grado di collaborare:***

- Gli operatori aiutano l'assistito a girarsi su di un lato e procedono alla pulizia del dorso; quindi è possibile fargli nuovamente indossare la biancheria intima onde evitare il raffreddamento.
- Scoprono la parte inferiore del corpo e procedono alla pulizia degli arti e delle parti genitali e perineali dopo aver posizionato la padella.

***Persona completamente dipendente:***

- gli operatori devono limitare i movimenti dell'utente
- coprire gli arti superiori con il lenzuolo piegato
- indossare i guanti monouso
- procedere alla pulizia degli arti e dei piedi
- all'igiene dei genitali e dei perineali senza l'utilizzo della padella
- procedere di lato e con l'uso di una manopola pulita o spugna procedere al lavaggio del dorso e della regione sacrale.

➤ **IGIENE PERSONALE PARZIALE ( IN CASO DI UTENTE ALLETTATO)**

La pulizia parziale viene attuata quotidianamente e comprende, in genere:

- La pulizia del viso
- Denti
- Bocca
- Collo
- Parte superiore del torace
- Mani
- Genitali e zona perineale
- Piedi

	PROTOCOLLO DI LAVORO	<b>PL009</b>	
	<b>IGIENE PERSONALE OSPITI NEL RISPETTO DELLA PRIVACY</b>	Rev. 00 del 01/02/16	Pag. 7 di 8

### ***Parte superiore del corpo***

#### **Materiali da usare:**

- Oggetti da toilette
- Asciugamani e biancherie intima
- Catinella
- Brocca per l'acqua
- Guanti monouso
- Manopole o spugna

#### **Procedura:**

- indossare guanti monouso
- predisporre su un piano di appoggio vicino all'utente una catinella con acqua calda
- proteggere la persona svestita con un asciugamano
- procedere a lavare viso, orecchie, collo e mani prima insaponando e poi sciacquando
- asciugare tamponando le parti umide
- procedere alla pulizia del torace, ascelle e braccia

### ***Parte inferiore del corpo***

#### **Materiali da usare:**

- asciugamano
- padella
- brocca per l'acqua
- guanti monouso
- tela cerata e traversa
- manopola o spugna e sapone

#### **Procedura:**

- indossare i guanti monouso
- pulizia di arti inferiori e piedi
- eventuale pedicure durante il pediluvio
- risciacquare
- asciugare accuratamente soprattutto gli spazi interdigitali
- in soggetti a rischio di micosi utilizzare l'asciugatura con fon a freddo

### ***genitali e zona perineale:***

- la pulizia deve essere effettuata sempre dalla parte anteriore del corpo a quella posteriore
- indossare i guanti monouso
- posizionare tela cerata o traversa o padella in relazione al grado di auto sufficienza (vedi ppunto sulla igiene totale dell'utente)
- posizionare l'asciugamano sul pube
- aiutare la persona a mantenere la posizione ginecologica
- insaponare la manopola o la spugna
- versare con la brocca l'acqua sulla manopola o spugna
- versare con la brocca l'acqua sulla persona e procedere all'igiene
- sciacquare le parti usando la brocca
- procedere ad asciugatura accurata con tamponamento

#### ➤ **LAVAGGIO CAPELLI A LETTO**

- Usare un catino e brocca o shampoo secco su indicazione dell'Infermiere
- Procedere ad asciugatura o spazzolatura

#### ➤ **BARBA**

- Per gli uomini si esegue o fa eseguire quotidianamente usando rasoio personale

#### ➤ **MANICURE – PEDICURE**

	PROTOCOLLO DI LAVORO	<b>PL009</b>	
	<b>IGIENE PERSONALE OSPITI NEL RISPETTO DELLA PRIVACY</b>	Rev. 00 del 01/02/16	Pag. 8 di 8

- Durante le operazioni di pulizia (bagno doccia) vengono eseguite dall'operatore adoperando forcicine appositamente sterilizzate da ospite ad ospite
- Gli ospiti verranno accompagnati dal podologo con la periodicità definita dal Coordinatore su richiesta dell'ospite o in caso di necessità o secondo programmazione del servizio. Per gli ospiti diabetici il taglio delle unghia viene eseguito esclusivamente dal podologo.
- **OCCHI, ORECCHIE**
  - Usare garza imbevuta o acqua borica o fisiologica su indicazione dell'I.P. laddove si riscontra la necessità di fare una pulizia approfondita oltre il normale lavaggio mattutino
  - Usare la manopola o garza imbevuta quotidianamente durante le operazioni di igiene viso
- **GENTILI E ZONA PERINEALE (MASCILE E FEMMINILE)**
  - Seguire scrupolosamente le indicazioni lasciate dall'I.P. o dal Coordinatore rispetto a prodotti da adoperare e modalità di pulizia da adottare in casi particolarmente problematici che esulano dalla normale detersione delle zone ogni qualvolta l'ospite abbia espletato le normali funzioni fisiologiche.
- **VESTIZIONE**
  - aiutare la persona ad infilare le braccia nelle maniche dal davanti
  - aiutare l'assistito ad assumere la posizione seduta
  - invitarlo ad abbassare ala testa e a sollevare le braccia far scivolare l'indumento dalla testa
  - distendere l'indumento dietro la schiena
  - infilare i pantaloni in ambedue gli arti
  - aiutare la persona a sollevare il bacino (se allettata con forti difficoltà di movimento) e portare i pantaloni alla vita

**In caso di soggetto femminile aiutare ad indossare la gonna infilandola dal capo**

Tutte le operazioni che riguardano l'igiene personale dell'ospite devono essere eseguite nella completa garanzia della privacy dell'ospite.

Pertanto ogni operazione deve comprendere la presenza esclusivamente dell'operatore o degli operatori e dell'anziano stesso. Se l'igiene viene eseguita a letto in una camera a due posti letto ed in presenza dell'anziano compagno di camera è obbligatorio l'uso del sipario posto appositamente tra i due letti.