

ÕPPEMATERJAL HAIGE HOOLDAJALE

NAHK JA NAHA HOOLDUS

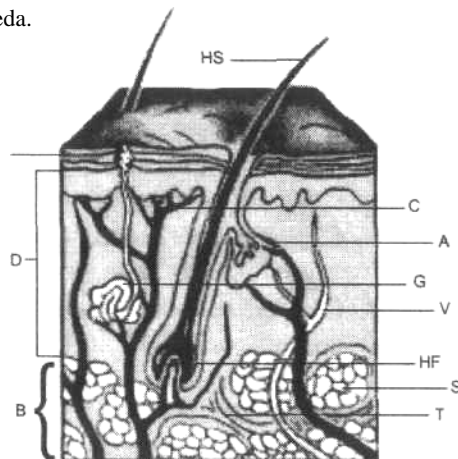
Eesti Gerontoloogia ja Geriatria Assotsiatsioon
Inge Paju, Ene Täht • Tartu 1999

Sisukord

NAHK JA NAHA HOOLDUS	1
NAHA TOITUMINE JA HINGAMINE	2
NAHK KUI TERMOREGULAATOR	2
NAHK KUI KAITSEORGAN	2
NAHK KUI TUNDEORGAN	2
NAHA VANANEMINE	3
NÕUANDEID HAIGE PESEMISEKS	5
<i>Näo pesemine</i>	5
<i>Suu ja hammaste hooldus</i>	5
<i>Käte ja jalgade pesemine ja hooldus</i>	6
<i>Intiimhügieeni eest hoolitsemine</i>	7
<i>Naishaige intiimhügieen</i>	7
<i>Meeshaige intiimhügieen</i>	8
<i>Rinna ja kõhupiirkonna pesemine</i>	8
<i>Selja pesemine</i>	9
<i>Juuste pesemine</i>	9
VAHENDID NAHA HOOLDUSEKS (Ene Täht)	10
<i>Vahendid voodis pesemiseks</i>	10
<i>Vahendid haige dušši all või vannis pesemiseks</i>	10
<i>Erinevate nahapiirkondade puhastusvahendid</i>	11
<i>Vahendid, mida kasutatakse pärast naha puhastamist</i>	12

NAHK JA NAHA HOOLDUS

Nahk, mille pindala on täiskasvanud inimesel ligikaudu 1,5-2 ruutmeetrit, moodustab inimkeha kõige suurema organi. Naha paksus kehal erineb piirkonniti, kõikudes 0,5-4 millimeetrit. Kõige õhem nahk on silmalaugudel ja kõige paksem jalataldadel. Ka naha kuju on erinevates kehapiirkondades erinev. Küünarnukkidel ja põlvedel on nahk lõtv, selleks et liigeseid oleks võimalik painutada. Peopesadel on nahk tugev ja vagudega käetud, võimaldades haaramist. Sõrmedel paiknev muster on kaasasündinud ja ainuomane igale inimesele. Põetushoolduse oluliseks ülesandeks on hoida keha puhas ja kaitsta nahka, sest halb või puudulik naha hooldus võib selle muuta vastuvõtlikuks põletikele. Erilist hoolt nõuavad nägu, käel, kaenlaalused ja intiimsed kehaosad. Et hooldaja tuleks paremini toime naha hooldamisega, peab ta teadma naha ehitust, ülesandeid ja seda, kuidas naha eest hoolitseda.



- A- rasunääre
- B- nahaaluskude
- C- veresooneid
- D- pärisnahk e. koorium
- E- marrasnahk e. epidermis
- G- higinääre
- S- rasvkude
- T- sidekude
- V- närvikiud
- HS- juuksekarv
- HF- karvanääps

Joon. 1 Lihtsustatud läbilõige nahast

Nahk koosneb **nahaaluskoest** koos rasvkoekihi, närvilõpmete ja juuksesibulatega. Nahaalne rasvkude aitab säilitada normaalset kehatemperatuuri ning varustab organismi nälguse korral vajaliku energiaga.

Selle peal asetseb 2 millimeetri paksune **pärisnahk**, mis koosneb sidekoekiududest, vere- ja lümfisoontest. Selles on higinäärmed, juuksejuured, rasunäärmed ja närvikiud. **Pärisnahk** annab nahale elastsuse, vastupidavuse ja paindlikkuse. Selle kihi seisund määrab ka naha välimuse: selle, kas nahk on vetruv ja näeb noor välja või on vana ja kortsuline. Vanemas eas ei kogu sidekoekiud enam niiskust ja nad muutuvad hapraks. Pärisnahas asuvad kreatiinrakud omavad kaitsefunktsiooni, pigmentrakud reageerivad valgusärritusele, immuunrakud hävitavad haigustekitajaid.

Pärisnahasse kasvab sisse naha ülemine kiht marrasnahk e. epidermis. See naha pindmine kiht on tihedalt seotud pärisnahaga. Pealmise kihi kõige alumises osas paikneb kasvukiht, milles tekivad pidevalt uued rakud. Ligikaudu 28 päeva jooksul liiguvad nad pidevalt naha pealispinna poole ja moodustavad lõpuks naha sarvkihi. Sarvestunud rakud eemalduvad igapäevase hõõrdumise, pesemise, kuivatamise tagajärjel ja nii kaotab inimene iga päev 2 miljardit naharakku. Naha uuenemine kestab kolm kuni neli nädalat. Kui see protsess toimub häireteta, siis kaitseb pealishnahk väga hästi naha alumisi kihti - pärisnahka ja alusnahka. Sarvkiht moodustab nn. kaitsva happelise ümbrise ja katab nahka nagu õhukene kile. See kile koosneb rasunäärmete rasvast, higist ja püdelate ainete koostisosadest, mis seovad üksikuid sarvrakke. Selline kaitsev happeline kile hävitab ka nahale sattunud bakterid ja seened ning hoiab naha nõrke ja elastsena.

NAHA TOITUMINE JA HINGAMINE

Kogu verehulgast 1/4 ringleb nahas, varustades teda kõige vajalikuga noorte rakkude moodustumiseks. Nahk vajab uuenemiseks hapnikku, süsivesikuid, peptiide ja aminohappeid, rasvu e. lipiide, vitamiine, mineraalaineid ja mikroelemente.

Marrasnahas ei ole oma veresooni ja ta saab toitained pärisnaha ja marrasnaha piirikihi olevate kapillaaride kaudu. Vanematel inimestel nahk õheneb ja see võib põhjustada ülemise nahakihi puuduliku varustatuse hapniku ja toitainetega.

NAHK KUI TERMOREGULAATOR

Tänu nahale püsib inimese kehatemperatuur pidevalt umbes 37 kraadi piires, olenemata ümbritseva keskkonna temperatuurist. Külma ilma korral väikesed naha veresooned ahenevad, verevool aeglustub ja takistab niiviisi soojust äraandmist. Kuuma ilma korral veresooned laienevad, püüdes soojust ära anda ning kaitsta organismi ülekuumenemise eest. Temperatuuri aitavad organismis reguleerida ka higinäärmed. Nende poolt toodetav niiskus jahutab aurustudes keha.

NAHK KUI KAITSEORGAN

Nahk kaitseb luustikku ja siseorganeid vigastuste, tõugete, rõhumise ja hõõrdumise eest. Nahk kaitseb ka organismi keemiliste ainete ja haigusttekitavate bakterite eest. Nahk toodab hormoonitaolist ainet - interleukiini 1, mis mobiliseerib organismi kaitsejõudusid.

NAHK KUI TUNDEORGAN

Naha tundlikkus on meile kõigile hästi teada. Olenevalt sellest, kui tihedalt närvilõpmed nahas paiknevad, reageerime me kuumale, külmale, teravale ja torkivale valuaistinguga. Nahas paiknevad

rõhu-, külma-, ja soojareseptorid, vabad närvikiud. Närviteede kaudu on nad seotud pea- ja seljaajuga. Nahast saadud informatsiooni hinnatakse seal välkkiirelt ja vastavalt sellele ka tegutsetakse. Näiteks sõrmega kuuma triikraua vastu puutudes tõmmatakse käsi automaatselt eemale.

NAHA VANANEMINE

Vananedes muutub nahk kortsuliseks, sest temas väheneb kollageensete kiudude võrk, nahk sisaldab vähem niiskust ja muutub kuivaks. Kuiva nahaga võib kaasuda ka naha sügelemine. Vanemaealistel ei soovitata päevitada, et vältida naha kuivamist ning säilitada naha elastsust ning niiskust. Päike mitte ainult ei kuivata sarvkihti vaid tungib ultraviolettkiirgusena sügavamatesse kudedesse ja kollageensed kiud sidekoes kõvastuvad. Need kiud ei ole võimelised enam koguma endist niiskusehulka.

Kuiva nahaga vanemaealistele ei ole sobilikud ka keskküte ja kliimaseadmed, mis naha niiskusesisaldust veelgi vähendavad.

Naha niiskusesisaldus vanemaealistel väheneb ka siis kui kasutatakse vahendeid, mis organismist vee eemaldavad, näiteks diureetikumid, kõhukinnisuse puhul kasutatavad lahtistavad tabletid.

Vanemaealiste naha pealiskiht pole nii kiiresti uuenev, sest kasvukihi moodustub üha vähem noori rakke ja sarvkiht õheneb. Barjäär, mis kaitseb kiirguse, kahjulike ainete ja niiskusekao eest, muutub läbitavamaks ja elusad rakud alumistes nahakihtides muutuvad kaitsetumateks. Vanemaealistel tekivad nahakahjustused kergemini ja paranevad aeglasemalt.

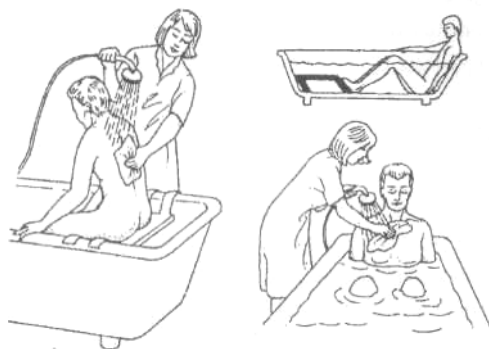
Mõnikord võivad vigastused või raske haigus haiget sedavõrd nõrgestada, et ta ei ole ise võimeline voodist tõusma ja oma naha puhtuse eest hoolitsema. Lamajad haiged vajavad hooldaja abi pesemisel ja riietamisel. Pikaajalise voodiravi järgselt võib tekkida haigel masendus ja ta võib kaotada huvi oma väljanägemise vastu.

Enamusele haigetest meeldiks, et neid iga päev vannitatakse, sest pesemisega kaasneb puhas, lõõgastunud ja meeldiv olek. Lisaks ergutab see pindmist vereringet.

Kui sageli seda teha, see sõltub haige füüsilistest vajadustest ja soovidest. Vannitama peaks haiget nii sageli, et tagada tema puhas välimus, kõrvaldada ebameeldivad kehalõhnad ja vältida nahaärritusi. Uriini- ja roojapidamatuse korral tuleb pesta haige intiimseid kehapiirkondi sageli, sest uriin ja välja- heide ärritavad nahka ja soodustavad lamatiste teket. Lamatiste olemasolu korral soodustavad aga nende süvenemist.

Väga sage haige pesemine võib aga hävitada naha kaitsva sarvkihi ja nahk muutub kuivaks ja ketendavaks. Seetõttu võivad tekkida nahakahjustused väga kergesti, eriti kui pesemise järgselt nahka korralikult ei kuivatata ja nahk jääb niiskeks.

Enne kui planeerite haige vannitamist, dušši all pesemist või voodis pesemist, tuleks välja selgitada selle haige pesemisharjumused ja ka see, kui palju haige ise on võimeline ennast pesemise juures abistama.



Joon. 2 Patsient vannis

Vannis pesemine on põhjalikum kui voodis pesemine. Kui haiget pestakse voodis, siis käsi ja jalgu tuleks ikkagi vannitada. Pesemiseks võib kasutada seebita pesuvedelikke, mis sisaldavad nahka kaitsvaid õlisid ja naha kuivamist takistavaid aineid. Tavalise seebi kasutamisel tuleb see hoolikalt nahalt maha loputada, sest seep kuivatab nahka. Seebi kasutamisel häirub naha normaalne happeline reaktsioon kuni kolmeks tunniks, suureneb veekadu nahast ning nahka ärritavad kahjulikud ained, ka patogeensed mikroorganismid, võivad kergesti tungida läbi naha. Seep võib ladestuda pesuveest naha pinnale ka kaltsiumi ja magneesiumi lahustumatute lubisooladena, mis võivad põhjustada nahaärritust mehhaanilise hõõrdumise teel. Eriti tundlikku ja kuiva nahka võib pesta pesemisvahendite ja seebiga, mis on leelisevaba, sest need tasakaalustavad naha happelise kaitsebarjääri, säilitavad naha normaalse mikrofloora ja sarvkihi kaitsefunktsiooni.

Peale pesemist kreemitatakse kuiva nahka niisutavate ihukreemidega, et säilitada naha niiskusesisaldus. Haige üldpesu voodis oleks hea planeerida nende päevadele kui on olemas lisaabi teistehooldajate näol. Siis ei ole see nii koormav ei haigele ega ka hooldajale.

Igapäevaselt on vajalik näo pesemine, suuõhne hügieen ning habeme ajamine. Kui haige ise on võimeline pesema nägu ja hambaid, siis tuuakse talle voodi juurde vesi, kauss ja pesemiseks vajalikud vahendid ning haige peseb end ise. Hooldaja peaks olema läheduses, et teda vajadusel abistada.

Voodihaiget, kes ise ei ole võimeline ennast pesema, peseb hooldaja.

NÕUANDEID HAIGE PESEMISEKS

Näo pesemine

1. Võta haigelt ära särk, et see ei saaks märjaks.
2. Laota käterätik või saunalina padjale, et padi ei märguks.
3. Kasuta pesemislappi või pesukinnast
4. Pühi sooja vette kastetud pesulapiga:

- haige silmad välisnurgast sissepoole;
- siis otsmik, põsed, lõug, suu ja nina;
- kõrvad ja käel.

Seejärel kuivata nahk ja haige soovil puhasta nägu ja kaela ka kosmeetikavahenditega.

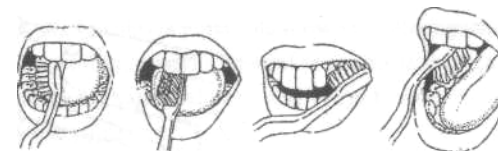


Joon. 3 Voodihaige näo pesemine

Suu ja hammaste hooldus

Suu ja hammaste hooldust teostatakse igal hommikul ja õhtul. Voodihaigel tõstetakse voodipeats kõrgemale ja haige aidatakse poolistuvasse asendisse.

1. Kata lõuaalune käterätiga.
2. Pese pehme harjaga hambad.



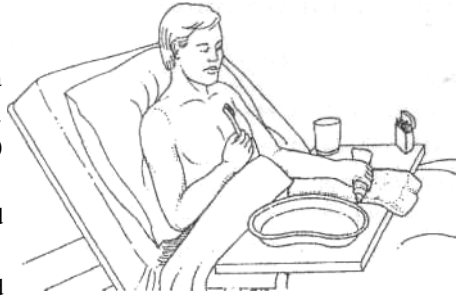
3. Hambavahede puhastamiseks kasuta hambaniiti, hambatikku või hambavaheharju
 4. Peale hambapesu võid kasutada suu loputamiseks suuloputusvedelikku, mis jätab suhu mõneks ajaks värske tunde.
 5. Kui haige suu on hambutu, piisab veega loputamisest.
- Proteeside korral eemalda need suust ja pese pehme harjaga voolava vee all. Proteese hoida veega täidetud kaanega anumal.

Joon. 4 Hammaste pesemine voodis

Käte ja jalgade pesemine ja hooldus.

Käsi ja jalgu pestakse iga päev, vajadusel ka sagedamini. Jalgade pesemisel võib teha ka jalavanne. Siis leotatakse jalgu 20-30 minutit 37 kraadises vees. Veele võib lisada vannisoola. Jalgade paksenenud nahka hõõrutakse pimsskivi või spetsiaalse jalariiviga. Peale vannitamist jalad loputatakse ja kuivatatakse pehme rätikuga. Oluline on hoolikalt kuivatada kõik varbad ja varvaste vahed. Tähelepanu peab pöörama ka naha ja küünte seisundile. Küüned tuleb viilida lühikeseks, nii et nad ei ulatuks üle sõrme või varba otsa. Liiga lühikeseks viilitud küüned võivad haigele põhjustada valu ning saada ka infektsiooni sissetungimiskohaks. Viilimisel kasutatakse samasuunalisi tõmbeid ja küüned viilitakse kaarjalt.

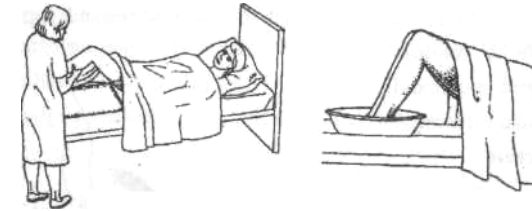
Peale küünte viilimist kreemitatakse nahka, sest see hoiab naha elastsena. Naha haudumuse vältimiseks ei kreemitata varbavahesid. Kui nahk varvaste vahel on vigastunud või haudunud, asetatakse varvaste vahele linane või puuvillane riideriba, mis imab hästi niiskust ja eraldab kahjustunud nahapinnad teineteisest. Kui käte pesemine toimub voodis: 1. Võetakse pestav käsi teki alt välja.



2. Vannilina või voodikaitse asetatakse käsivarre alla nii, et voodi ei märguks.
3. Võetakse kinni käest või randmest ja pestakse tõmmetega südame suunas, järgides venoosse verevoolu suunda.
4. Pestakse ka kaenlaalused.
5. Käsi asetatakse vannilinalle ning kuivatatakse hoolikalt.

6. Voodisse võib panna ka väikese pesukausi, milles saab leotada labakäsi enne maniküüri tegemist.

Jalgade pesemine toimub samuti nagu käte peseminegi. Jalg võetakse teki alt välja ja voodi kaitsmiseks asetatakse voodisse vannilina või voodikaitse. Jalg pestakse pesulapi või -kindaga pahklust kuni reieni. Pesemise järel kuivatatakse jalg masseerivate liigutustega.



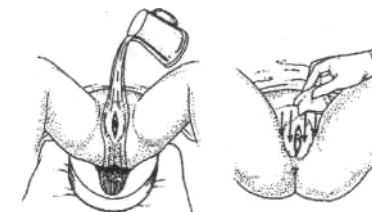
Joon. 5 Voodihaige jalgade pesemine

Intiimhügieeni eest hoolitsemine

Voodihaiged vajavad sageli abi oma intiimsete kehapiirkondade eest hoolitsemisel ja nende pesemisel. Oluline on hoida välised suguelundid ja pärakupiirkond puhtad teadvusetutel, uriini- ja roojapidamatusena haigetel ning rohke voolusega naishaigetel. Alati kui pestakse intiimseid kehapiirkondi, peab arvestama, et teadvusel haige võib tunda ebamugavust, ta võib häbeneda ja seepärast on eriti oluline hooldaja taktitundeline käitumine.

Naishaige intiimhügieen

1. Kui haige pole toas üksinda, siis eraldatakse voodi sirmi või kardinaga, et säilitada haige privaatsus.
2. Voodit kaitstakse spetsiaalse voodivaiba või ristlina ja selle alla asetatud kilega.
3. Haigele võib asetada alla ka siibri ja pesta teda sooja vett välissuguelunditele valades.
4. Pesemislapi või pesemiskindaga pestes kastetakse see sooja vette ja häbememokad pestakse suunaga ülevalt poolt allapoole. Vajadusel vahetatakse vett ja kinnast.
5. Päarakupiirkond pestakse viimasena
6. Kuivatatakse hoolikalt
7. Jälgitakse naha ja limaskestade seisundit

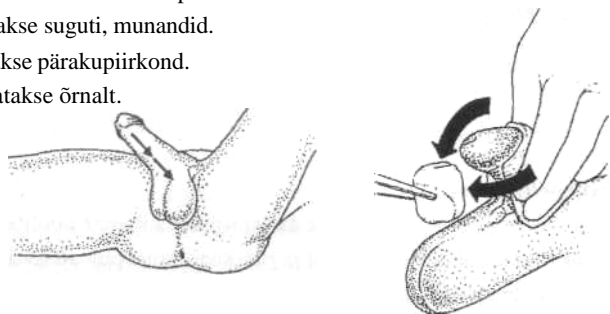


Joon. 6 Naishaige intiimhügieeni eest hoolitsemine

Meeshaige intiimhügieen

Meeste juures peab arvestama sellega, et eriti nooremaealistel patsientidel võib välissuguelundite pesemine esile kutsuda erektsiooni. Sel juhul peaks hooldaja pesemise katkestama, laskma patsiendil rahuneda ning asetama peenisele jahedasse vette asetatud pesulapi.

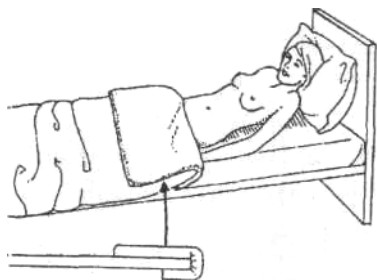
1. Mehel alustatakse pesemist kusiti välissuudmest. Ringiate liigutustega liigutakse kusiti välissuudmest sugutiluki ja eesnaha taha. Eemaldatakse kogunenud eesnahavõie.
2. Kusiti välissuudme ja sugutiluki pesemise järgselt tõmmatakse eesnahk sugutilukile peale tagasi. Kasutada võib marli- või ka vatitupsuteid.
3. Seejärel pestakse suguti, munandid.
4. Lõpuks pestakse päarakupiirkond.
5. Nahk kuivatatakse õrnalt.



Joon. 7 Meeshaige intiimhügieeni eest hoolitsemine

Rinna ja kõhupiirkonna pesemine

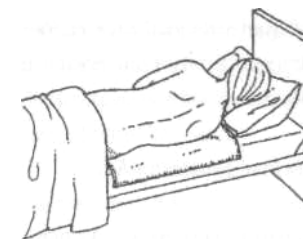
1. Haigel võetakse seljast püksid ja särk, et need ei märguks.
2. Tekk volditakse kuni niueteeni ja seda kaitstakse rätikuga.
3. Voodit kaitstakse voodivaibaga.
4. Pestakse haige kõhtu ja rindu. Eriti pööratakse naistel tähelepanu rindadaealusele nahale ning naba piirkonnale, et sealt eemalduks kogu mustus.
5. Jälgida nahamuutuste tekkimise suhtes.
6. Pesemise järel nahk kuivatatakse ja haige kaetakse kiiresti tekiga, et haige ei külmetuks.



Joon. 8 Voodihaige rinna ja kõhupiirkonna pesemine

Selja pesemine

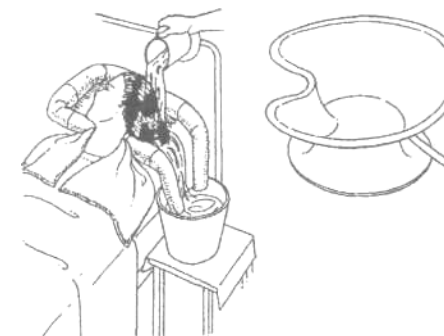
1. Haige pöörab ennast ise külje peale või aidatakse tal seda teha.
2. Haiget tuleb toetada nii, et ta ei kukuks voodist välja.
3. Selg võetakse paljaks ja vannilina laotatakse selle alla.
4. Haige selg ja külg pestakse masseerivate liigutustega turjast kuni istmikuni, seejärel kuivatatakse.
5. Haige pööratakse teisele küljele, selg pestakse ja kuivatatakse. Masseerimisega ergutatakse naha vereringet.
6. Kuivatamisel ja pesemisel jälgitakse nahka lamatisohtlikes kehapiirkondades.
7. Kui nahk on kuiv, võib seda kreemitada.
8. Seejärel pannakse selga puhas särk ning haige kaetakse tekiga.



Juuste pesemine

1. Juuste pesemist voodis on lihtsam teha, kui haige on poolistuvas või istuvas asendis ja abistajaid on kaks.
2. Voodipeats kaetakse kile või voodikaitsega, et see ei märguks. Õlgadele asetatakse käterätik, et vesi ei voolaks kaela alla.
3. Võib kasutada kaussi, mis asetatakse selja taha ning palutakse haigel pead veidi taha kallutada.
4. Juuksed tehakse märjaks ja šampoon hõõrutakse kergete masseerivate liigutustega vahule, juuksed loputatakse.
5. Seejärel võib kasutada palsamit.
6. Juuksed kuivatatakse rätikuga ja vajadusel ka fööniga.

Joon. 9 Juuste pesemine voodis



VAHENDID NAHA HOOLDUSEKS (Ene Täht)

Nahk on organismi kõige suurem ja väga mitmesuguste funktsioonidega elund. Et oleksid tagatud kõik keha ülesanded, siis peab nahk olema puhas ja hooldatud. Nahk vajab ka keskkonnast tulevate mõjutuste eest hoolitsust ja kaitset.

Eespool vaatlesime, missugused on naha ülesanded ja funktsioonid ning kuidas naha eest hoolitseda. Järgnevalt tutvustame mõningaid vahendeid, mis oleksid abiks naha eest hoolitsemisel.

Nahapuhastusvahendid, mis on mõeldud keha pesemiseks ja puhastamiseks.

Neil on baktereid hävitav toime ja need aitavad vältida lamatiste teket.

Vahendid voodis pesemiseks

(ei ole vaja nahalt maha loputada)

1. Menalind vedelseep (Saksa firma Paul Hartmann AG)

Sisaldab kummelit, pantenooli. pH 5,7.

Näidustused: kuiva ja tundliku naha pesuks ja igapäevaseks naha puhastamiseks. Ei ole vaja hiljem veega üle loputada.

2. Senevan pesuemulsioon (firma TAMRO)

Toime: antiseptiline triklosaan desinfitseerib kergesti ja hävitab mähkmete kasutamise korral selle piirkonna seeni ja baktereid. Annab nahale tagasi ja säilitab naha loomuliku niiskusetasakaalu ning pH 5,5. Puhastab õrnalt, imendub kergelt ja hoiab naha pehme.

Kasutamine: 1 teelusikatäis (5ml) pesuemulsiooni kantakse niiskele pesemiskindale. Nahk puhastatakse. Ei vaja veega loputamist ega kuivatamist.

Vahendid haige dušši all või vannis pesemiseks

1. Procura-med-duššigeel

Sisaldab pantenooli.

Näidustused: igapäevaseks kasutamiseks. Tagab naha lipiidikihi terviklikkuse, ei ärrita nahka ja limaskestast.

2. Procura-med-õli-vannikontsentraat

Sisaldab E-vitamiini ja väärtuslikke eeterlikke õlisid.

Näidustused: kestendava, kuiva ja kihelleva naha hooldamiseks ning kaitsmiseks. Üheks kümbluseks piisav kogus 30 ml.

3. Procura-med-vitaliseeriv-vannikontsentraat

Sisaldab E-vitamiini, eeterlikke õlisid ja nahasõbralikke taimi.

Näidustused: nahaaluse vereringluse soodustamiseks. Üheks kümbluseks piisav kogus 30 ml.

4. Menalind vedelseep

Sisaldab pantenooli ja kummelit.

Näidustused: kuiva ja tundliku naha põhjalik ja pehme pesemine. Soodustab naha regeneratsiooni.

5. Sebamed duššiõli

Sisaldab rikkalikult looduslikke õlisid.

Toime: kaitseb nahka kuivamise ja rasvatustumise eest. Sobib eelkõige tundlikule ja kuivale nahale. pH 5,5, mis ergutab naha happelist reaktsiooni ja moodustab loomuliku kaitse naha kuivamise, kahjulike ainete ja haigusi tekitavate ärritajate vastu.

6. Sebamed vedelseep

Leelisevaba seep, pH 5,5, mis ei mõjuta naha happelise barjääri kaitsefunktsiooni. **Toime:** tõstab naha loomulikku kaitset bakterite ja seente vastu. Tõstab naha loomulikku kaitsefunktsiooni veetustumise ja ümbritseva keskkonna ärritavate ning kahjulike ainete sissetungi vastu. Pärtsib higilõhna põhjustavate bakterite kasvu.

Erinevate nahapiirkondade puhastusvahendid

1. Terra-Bio-Chemie GmbH PC 30 V (Saksa)

Sisaldab hobukastaniseemne kuivekstrakti, kummeliõie kuivekstrakti ja allantoiini. **Näidustused:** bakterite kasvu takistav nahahooldusvahend lamatiste profülaktikaks ning amputeeritute ja proteesikandjate kontide hooldamiseks.

Kasutamine: kahjustatud nahapiirkonnad kergelt sisse määrada masseerivate liigutustega 3 korda päevas. Väga tundliku naha korral tupsutada ja lasta vahendil imenduda. Ortopeedilisi sidemeid mitte kasutada kõhe pärast vahendiga töötlemist.

2. Menalind nahka puhastav ja kaitsev vaht (Saksa firma Paul Hartmann AG)

Sisaldab 80% vett, emulgaatoreid rasvhappe baasil, lõhnaainet, piimhapet, pH 5,7

Näidustused: uriinipidamatuse puhul naha ja kunstpärasoole ava puhastamiseks.

Kasutamine: enne kasutamist pudelit loksutada ja pihustada 20 cm kauguselt nahale, natuke oodata ja pehme lapiga ära pühkida.

3. Procura-med-hooldus ja puhastusvaht

Sisaldab pantenooli ja saialilleekstrakti.

Näidustused ja toime: uriinipidamatus. Eemaldab kiiresti ja pehmelt mustuse.

Vahendid, mida kasutatakse pärast naha puhastamist

1. Menalind nahka kaitsev ja värskendav vaht (Saksa firma Paul Hartmann AG)

Sisaldab õli, kummelit ja pantenooli.

Näidustused: kuiva ja kahjustatud naha hooldamiseks.

Kasutamine: pärast naha puhastamist nahale peale kanda, et kaitsta nahka liigniiskuse eest (näit. uriinipidamatuse korral).

2. Menalind nahka kaitsev ja värskendav vedelik

Sisaldab õli, kummelit ja pantenooli.

Näidustused ja kasutamine: kanda nahale pärast puhastamist naha liigniiskuse vältimiseks (näit. uriinipidamatuse puhul).

3. Procura-med kreem

Sisaldab E-vitamiini, pantenooli ja &-bisaboliili.

Näidustused: kuiva ja väsinud naha hoolduskreem vanemate inimeste naha hooldamiseks.

4. Procura-med vitaliseeriv emulsioon

Sisaldab piiniaõli ja kamprit.

Näidustused ja toime: naha vereringe ja ainevahetuse parandamiseks. Tagab naha lipiidide terviklikkuse, imendub kiiresti ja mõjub kaua.

5. Procura-med nahahooldusemulsioon

Sisaldab E-vitamiini.

Näidustused ja toime: kuiva ja tundliku naha hooldamiseks. Imendub kiiresti ja kaitseb nahka kuivamise eest.

6. Procura-med nahahooldusõli

Sisaldab E-vitamiini.

Näidustused ja kasutamine: kogu keha hoolduseks eriti kuiva ja käre naha puhul. Soodustab naha uuenumist. Sobib kasutada samuti massaažiõlina.

7. Procura-med käte hoolduskreem

Sisaldab E-vitamiini.

Näidustused: naha kaitsmiseks, hooldamiseks ja naha uuendamiseks. Imendub kiiresti.

8. Bepanthen kreem (firma Roche)

Näidustused: hõõrdumiste, kriimustuste, päikese-põletuste ja kergemate põletuste raviks ning keha loomuliku niiskuse taastamiseks.

9. Bepanthen salv (firma Roche)

Toime: moodustab kehale kaitsekihi, ravides kuiva ja lõhenenud nahka.