

Spis treści

Przedmowa	ix
Wstęp	xi
Wstęp do wydania polskiego	xiv

1. Powstawanie *Uwag o pielęgniarstwie* Florencji Nightingale

„Pani z lampą”	2
Powołanie Florencji Nightingale	4
Zorganizowane podejście do zapewnienia opieki	7
Zmiany w rozumieniu choroby	8

2. Zdrowe domy

Florence Nightingale – <i>Uwagi o pielęgniarstwie</i>	III
Przygotowanie domu	17
Sypialnia	20
Łazienka	21
Mycie rąk	21
Sprzęt medyczny	22
Domowa apteczka pierwszej pomocy	23

3. Zarządzanie drobnostkami

Florence Nightingale – <i>Uwagi o pielęgniarstwie</i>	VI
Obowiązki opiekuna	44
Opracowanie planu opieki	45

Elementy planu opieki	46
Przykład planu opieki	49
Współpraca z lekarzami, pielęgniarzami i innymi pracownikami ochrony zdrowia	51
Prowadzenie dokumentacji	54
Badanie stanu zdrowia pacjenta lub obserwacja przebiegu choroby	55
Leki	56
Zapobieganie	64
Gimnastyka i sprawność fizyczna	64
Rehabilitacja	65
Pomaganie pacjentowi w oddychaniu	66
Podróż z pacjentem	68

4. Odżywianie

Florence Nightingale – Uwagi o pielęgniarstwie 7/3	
Pomaganie pacjentowi podczas jedzenia i picia	78
Karmienie osób chorych i niepełnosprawnych	81
Mycie rąk	82
Sprzęt ułatwiający jedzenie i picie	84

5. Łóżko i pościel

Florence Nightingale – Uwagi o pielęgniarstwie 8/7	
Pomaganie pacjentowi w wypoczynku i zasypianiu	91
Odleżyny	92

6. Czystość

Florence Nightingale – uwagi o pielęgnacji ciała

Pomaganie pacjentowi w zachowaniu estetycznego wyglądu i czystości ciała	101
Kąpiel i higiena osobista	102
Pomaganie pacjentowi przy wydalaniu	104
Czystość a zakażenia	106

7. Udzielanie porad i dawanie nadziei

Florence Nightingale – uwagi o pielęgnacji ciała

Podstawowe potrzeby	123
Pomaganie pacjentowi przy wyborze odzieży, w ubieraniu i rozbieraniu się	125
Pomaganie pacjentowi w wyrażaniu uczuć i potrzeb podczas kontaktów z innymi	126
Pomaganie pacjentowi w wykonywaniu pracy zawodowej lub efektywnych zajęciach	128
Pomaganie pacjentowi w czynnościach rekreacyjnych	129

8. Obserwowanie chorych

Florence Nightingale – uwagi o pielęgnacji ciała

Obserwowanie pacjenta	142
Jak przekazywać spostrzeżenia lekarzowi lub pielęgniarce	145
Kiedy wzywać pomoc	145
Planowanie w sytuacjach kryzysowych	146
Jak się porozumiewać w czasie kryzysu	148
Upadki pacjentów	149

9. Troska o opiekuna

Informacje Negatywne – Troska o pielęgniarstwo 150

Troska o opiekuna	151
Trudności w zapewnianiu i sprawowaniu opieki	154
Zdrowie opiekuna: jak radzić sobie z wysiłkiem fizycznym i stresem	158
Depresja	159
Efektywne porozumiewanie się	159
Opieka zastępcza – zastępowanie w sprawowaniu opieki	161
Opiekowanie się śmiertelnie chorym pacjentem	162
Śmierć pacjenta	164
Żałoba po stracie	164

10. Świadomość zdrowotna opiekunów

Znajomość kanonów zachowania zdrowia	167
--------------------------------------	------------

Informacje Negatywne – Troska o pielęgniarstwo 166

Świadomość i kompetencje zdrowotne	176
Umiejętność mówienia i słuchania	177
Świadomość zdrowotna a zdrowie	178
Źródła informacji dla opiekuna	179
Gdzie poszukiwać informacji	181
Formy wsparcia, które mogą być dostępne w twoim otoczeniu	182
Urządzenia wspomagające	183
Grupy wsparcia dla opiekunów	183
Porady prawne	184
Skorowidz	187

