

altenpflege.de Edition

Кратки учебници за обучение по грижи - Фокус върху грижите за
възрастни хора

Theo Ahrens

Наблюдение на жизнени показатели

presented by

YES
ARCH
ITEC
TURE.

Библиографски данни

Theo Ahrens – Кратка биография

Тео Аренс, роден през 1979 г. близо до Мюнхен, е учител по медицински професии и отдаден преподавател по здравни грижи. След Доброволна социална година в болницата завършва обучение за здравен и болничен специалист и натрупва ценен професионален опит в интензивно отделение. Воден от желанието си да споделя знания, учи здравна педагогика и започва през 2009 г. като учител в професионално училище в Мюнхен. Тео е известен със своето практическо и емпатично преподаване, с което подготвя бъдещите медицински сестри за тяхната взискателна професия. Лично живее със съпругата си и двете си деца в Берлин и работи доброволно за по-добри условия в обучението на медицинския персонал.

Този кратък учебник беше съставен от учебни планове на неговите занятия с използването на изкуствен интелект. Преводът беше извършен автоматично.

Издадено от altenpflege.de

Цена DE/AT: 3,90 € CH: 5 фр

Copyright 2024 altenpflege.de

Съвети и предложения за подобрения моля на team@altenpflege.de.

1/1-2412181523

Съдържание

1	Обща информация за мониторинга на жизнените показатели	4
2	Основни познания за жизнените показатели	5
2.1	Определение и значение на жизнените показатели	5
2.2	Кои жизненни показатели се наблюдават	6
2.3	Референтни стойности на жизнените показатели и тяхната зависимост от възрастта	6
2.4	Отклонения на жизнените показатели и тяхното значение	7
3	Пулс (сърдечна честота) и сърдечен ритъм	9
3.1	Определение и методи за измерване на пулса	9
3.2	Нормални стойности на пулса и отклонения	9
3.3	Наблюдение на сърдечния ритъм	10
3.4	Фактори, влияещи върху пулса	11
3.5	Документация и интерпретация на пулсовите стойности	12
4	Измерване и наблюдение на кръвното налягане	13
4.1	Дефиниция и значение на кръвното налягане	13
4.2	Методи за измерване на кръвното налягане	13
4.3	Нормални стойности на кръвното налягане и отклонения	14
4.4	Фактори, които влияят на кръвното налягане	15
4.5	Мерки при отклонения на кръвното налягане	16
4.6	Документация и интерпретация на измерването на кръвното налягане	17
5	Наблюдение на дишането (респирация)	18
5.1	Определение и значение на наблюдението на дишането	18
5.2	Методи за измерване на честотата на дишане и наблюдение на дишането	18
5.3	Нормални стойности на честотата на дишането и отклонения	19
5.4	Наблюдение на качеството на дишането	20
5.5	Фактори, които влияят на дишането	21
5.6	Мерки при дихателни нарушения	22
5.7	Документация и интерпретация на наблюдението на дишането	23
6	Измерване и наблюдение на телесната температура	24
6.1	Значение на телесната температура	24
6.2	Методи за измерване на температурата	24
6.3	Нормални стойности на телесната температура и отклонения	25
6.4	Фактори, влияещи върху телесната температура	26
6.5	Мерки при повишена температура и хипотермия	27
6.6	Документация и интерпретация на измерването на температурата	28
7	Измерване и наблюдение на кислородна сатурация (SpO2)	30
7.1	Значение на кислородната сатурация	30
7.2	Методи за измерване на кислородната сатурация	30
7.3	Референтни стойности на кислородната сатурация и отклонения	31
7.4	Фактори, влияещи на насищането с кислород	32
7.5	Мерки при недостиг на кислород	33
7.6	Документация и интерпретация на кислородната сатурация	34
8	Наблюдение на състоянието на съзнанието	35
8.1	Определение и значение на състоянието на съзнанието	35
8.2	Наблюдение и оценка на състоянието на съзнанието	35
8.3	Методи за оценка на състоянието на съзнанието	36
8.4	Фактори, които влияят на състоянието на съзнанието	37
8.5	Мерки при нарушения на съзнанието	38
8.6	Документиране и интерпретация на наблюдението на съзнанието	39
9	Методи и помощни средства за измерване на жизнените показатели	40
9.1	Аналогови срещу дигитални измервателни уреди	40
9.2	Помощни средства за измерване	41
9.3	Работа и поддръжка на измервателните уреди	42
9.4	Източници на грешки при измерване на жизнените показатели и как да ги избегнем	43
10	Комуникация и документация на жизнените показатели	45
10.1	Значение на документацията	45
10.2	Форми на документация	45
10.3	Комуникация на отклоненията към медицински специалисти и лекари	46
10.4	Докладна дейност и предаване на смяна в грижите	47
11	Етични и правни аспекти на мониторинга на жизненни показатели	49
11.1	Автономия на пациента и съгласие за наблюдение	49
11.2	Работа с необичайни стойности и мерки за спешни случаи	50
11.3	Професионална отговорност и дължима грижа на медицинските сестри в грижата за възрастни	51
11.4	Правни изисквания за документиране на жизнените признаци	52
12	Примери от практиката и казуси	53
12.1	Примерни практики за наблюдение на жизнените показатели при възрастни хора	53
12.2	Казусни изследвания за отклонения в жизнените показатели	54
12.3	Рефлексия на мерките при абнормални жизненни показатели	55

1 Обща информация за мониторинга на жизнените показатели

Наблюдението на жизнените показатели е от решаващо значение в грижата за възрастни хора. Жизнените показатели предоставят основна информация за здравословното състояние и жизнените функции на възрастните хора. Редовният мониторинг позволява ранно откриване на промени в здравето и потенциални рискове.

Целите на мониторинга на жизнените показатели са разпознаването на аномалии, подпомагане при поставянето на диагноза, проверка на ефективността на лечението и осигуряване на безопасността на обитателите. Обективното разбиране на здравословното състояние позволява по-добро индивидуално планиране и адаптиране на грижите.

Задачите на мониторинга включват систематично събиране, интерпретиране и документиране на стойности като кръвно налягане, честота на пулса, честота на дишане и телесна температура. Тези задачи изискват точност и внимателност, тъй като дори най-малките промени могат да посочат сериозни здравословни проблеми.

Медицинските сестри носят голяма професионална отговорност. Те са задължени непрекъснато да наблюдават жизнените показатели и при отклонения да действат незабавно. Това включва незабавно уведомяване на ръководители или лекари и, при необходимост, предприемане на подходящи мерки. Отговорността включва също така и владение на технически знания за използването на устройствата за мониторинг и поддържане на актуална информация за ръководствата за грижи.

Медицинските специалисти трябва да действат етично и професионално, за да осигурят най-високия стандарт на грижа за обитателите. Те трябва редовно да участват в обучения, за да разширят своите професионални знания и да бъдат подготвени за текущите развития в мониторинга на жизнените показатели. Устойчивото осигуряване на високо качество на грижите остава централен аспект на професионалната отговорност.

2 Основни познания за жизнените показатели

2.1 Определение и значение на жизнените показатели

Виталните знаци са измерими физиологични параметри, които дават информация за здравословното състояние на човека. Те служат като основни индикатори за жизненоважни функции на тялото.

Към най-важните витални знаци се отнасят пулсът, кръвното налягане, дишането, телесната температура и кислородното насищане. Често в списъка се добавя и състоянието на съзнанието, което също предоставя съществена информация за оценката на здравословния статус.

Мониторингът на тези знаци дава възможност за ранно разпознаване на промени в здравословното състояние. Редовното наблюдение помага за идентифициране на остри влошавания или хронични развития, което позволява навременно и адекватно предприемане на терапевтични мерки.

В контекста на грижата за възрастни хора виталните знаци имат особено значение. По-възрастните хора са по-податливи на здравословни колебания и правилното тълкуване на виталните знаци може да бъде решаващо за тяхното благополучие и стабилност. Прецизният мониторинг подкрепя работещите в грижата, за да намалят здравните рискове и да подобрят качеството на живот на нуждаещите се от грижи.

За да могат здравните работници да оценяват надеждно здравословното състояние на наблюдаваните и да реагират на него, е необходимо задълбочено разбиране на виталните знаци и техните взаимодействия. Тълкуването изисква както теоретични знания, така и практически опит.

Всичко на всичко, виталните знаци са незаменим инструмент в грижата за възрастни хора, който оказва значително влияние върху здравия и грижовия процес. Тяхното значение се състои не само в представянето на физическата конституция, но и в ролята им в рамките на цялостната грижа. Превантивни, диагностични и терапевтични решения често се основават на информацията, получена чрез мониторинг на виталните знаци.

2.2 Кои жизненни показатели се наблюдават

Към наблюдаваните жизненни показатели се отнасят пулсът, кръвното налягане, дишането, телесната температура, кислородната сатурация и състоянието на съзнанието

Пулсът представлява сърдечната честота и сърдечния ритъм. Той дава информация за здравето на сърцето и състоянието на кръвообращението. Обикновено пулсът се измерва на радиалната, брахиалната или каротидната артерии.

Кръвното налягане се състои от систолична и диастолична стойност. Тези стойности показват налягането в артериите по време на сърдечната контракция и фазата на релаксация. Отклоненията могат да подсказват проблеми с кръвообращението или натоварване на органите.

Дишането обхваща честотата на дишането и качеството на дишането. Промени в честотата или качеството често са ранни индикации за респираторни проблеми или метаболитни промени.

Телесната температура е индикатор за терморегулаторния статус и може да подсказва за инфекции или други патологични състояния. Измерванията се извършват най-често орално, аксиларно или ректално.

Кислородната сатурация показва процента на хемоглобин, наситен с кислород. Ниските стойности могат да подсказват за обструкции на дихателните пътища, сърдечни проблеми или недостатъчна вентилация.

Състоянието на съзнанието отразява когнитивната и неврологичната функция. Промени в ориентацията, бодростта или способността за реакция изискват незабавна оценка и могат да подсказват за неврологични или системни спешни състояния.

Редовното наблюдение на тези жизненни показатели предоставя важна информация за грижата за възрастни хора и подпомага вземането на решения за необходимите грижи или медицински мерки.

2.3 Референтни стойности на жизнените показатели и тяхната зависимост от възрастта

Честота на пулса, кръвно налягане, честота на дишане, телесна температура, кислородна сатурация и състояние на съзнанието имат различни нормални стойности в зависимост от възрастовата група, които са от съществено значение за грижата за възрастните хора.

Честота на пулса: Обикновено нормалната сърдечна честота при здрави възрастни е между 60 и 100 удара в минута. При възрастните хора обаче честотата в покой може да е по-ниска поради намалена физическа активност, медикаменти или физиологични промени в сърдечно-съдовата система. Въпреки това, тя не трябва да пада под 60 удара в минута в покой.

Кръвно налягане: Нормалното кръвно налягане за възрастни се смята за около 120/80 mmHg. При възрастните хора нормалните стойности често леко се повишават поради съдови промени. Систолично налягане между 120 и 139 mmHg и диастолично налягане между 80 и 89 mmHg често се смята за приемливо, в зависимост от индивидуалното здравословно състояние.

Честота на дишане: Нормалната честота на дишане при възрастни е между 12 и 20 вдишвания в минута. С възрастта честотата на дишане може да варира, но често остава в този диапазон. Значителни отклонения могат да означават респираторни или метаболитни проблеми.

Телесна температура: При здрави възрастни нормалната телесна температура е около 36,1 до 37,2 градуса по Целзий. В напреднала възраст средната телесна температура може да бъде леко по-ниска. Важно е да се обръща внимание дори на малки отклонения, тъй като те могат да сочат патологични състояния.

Кислородна сатурация (SpO₂): Нормалните стойности са между 95-100% при здрави възрастни. При възрастните хора тя може да бъде по-ниска поради заболявания на белите дробове или сърдечни проблеми. Стойности под 92% изискват специално внимание и често медицинска проверка.

Състояние на съзнанието: Промените са по-малко свързани с конкретни стойности, а повече с наблюдаваните отклонения в поведението или реактивността. При възрастните хора бавното приспособяване или променената бдителност често са нормални, но внезапните или значителни промени изискват незабавна оценка. В грижите за възрастните хора е важно да се разберат тези нормални стойности в контекста на индивидуалното здравословно състояние, за да се разпознаят отклоненията и да се реагира адекватно.

2.4 Отклонения на жизнените показатели и тяхното значение

При отклонения на основните жизнени показатели е важно да се идентифицират правилно възможните здравословни рискове.

Отклонения на пулса: Тахикардия, определяна като повишена сърдечна честота над 100 удара в минута, може да показва треска, стрес, сърдечна недостатъчност или анемия. Брадикардия, сърдечна честота под 60 удара в минута, може да бъде причинена от лекарства, сърдечни заболявания или метаболитни проблеми.

Колебания на кръвното налягане: Високо кръвно налягане (хипертония) увеличава риска от сърдечно-съдови заболявания и може да бъде предизвикано от стрес, хранене или генетични фактори. Хипотонията може да доведе до замаяност и припадък и често е свързана с липса на обем или сърдечни проблеми.

Аномалии в дишането: Тахипнея, увеличена честота на дишане, показва респираторни заболявания, болка или стрес. Брадипнея, намалена честота на дишане, може да бъде причинена от ефекти на лекарства или неврологични заболявания. Плиткото или неправилно дишане изисква също незабавно внимание.

Промени в температурата: Треската често сигнализира за инфекция или възпаление, като над 38°C е значително. Хипотермия, под 35°C, може да показва фактори на околната среда или метаболитни нарушения и изисква бързо противодействие, за да се предотвратят животозастрашаващи състояния.

Колебания на кислородната сатурация: SpO2 под 92% указва за недостатъчен газообмен, често причинен от респираторни заболявания или сърдечни пороци. Необходими са спешни мерки за предотвратяване на хипоксия.

Промени в съзнанието: Внезапното дезориентиране или намалена бдителност може да показват неврологични проблеми или системни заболявания и изискват незабавна оценка. Ранното разпознаване и управление на такива отклонения е от решаващо значение за осигуряване на здравето и благополучието на възрастните хора.

3 Пулс (сърдечна честота) и сърдечен ритъм

3.1 Определение и методи за измерване на пулса

Пулсът е осезаемата вълна на налягането, която възниква, когато сърцето изпомпва кръв в артериите. Тази вълна може да се усети на различни места по тялото. Пулсът показва както сърдечната честота – броя на сърдечните удари в минута, така и сърдечния ритъм.

Ръчен метод: Пулсът може да бъде палпиран ръчно, като с върховете на пръстите леко се натиска върху артерия. Често използвани пулсови точки са arteria radialis (на китката), arteria carotis (странично на шията) или arteria brachialis (от вътрешната страна на горната част на ръката). При този метод се брои сърдечната честота, обикновено за 15 секунди, след което се преизчислява за една минута.

Електронен метод: Електронни устройства като пулсоксиметри или електронни апарати за измерване на кръвното налягане могат автоматично да измерват пулса. При това се използват сензори, които улавят промените в обема на кръвта, причинени от пулсацията. Този метод предлага прецизни и непрекъснати измервания и е особено подходящ за наблюдение за по-дълги периоди от време.

Изборът на метод за измерване зависи от ситуацията и необходимата точност. Ръчният метод изисква обучение и практика за постигане на надеждни резултати, докато електронните устройства са лесни за употреба, но изискват редовна проверка на работоспособността.

3.2 Нормални стойности на пулса и отклонения

Нормалните стойности на пулса варират в зависимост от възрастта и физическото състояние. При възрастни нормалният пулс в покой е между 60 и 100 удара в минута. При бебета и малки деца са нормални по-високи стойности на пулса, докато тренираните спортисти често показват по-ниски стойности.

Отклоненията от нормалните стойности включват брадикардия и тахикардия. Брадикардия обозначава пулс под 60 удара в минута. Това може да бъде причинено от добра физическа форма, но също така и от сърдечни заболявания, хипотиреоидизъм или прием на определени медикаменти. Тахикардия обозначава пулс над 100 удара в минута в покой. Причините за това могат да бъдат физическо натоварване, стрес, треска, дехидратация или заболявания като сърдечна недостатъчност.

Разпознаването на отклонения в пулса е от съществено значение. Всяка значителна промяна трябва да бъде внимателно документирана и оценена в съгласие с медицинския екип, за да се определи необходимостта от допълнителни изследвания или терапевтични мерки.

3.3 Наблюдение на сърдечния ритъм

Сърдечният ритъм описва редовността на сърдечните удари. Редовният сърдечен ритъм илюстрира равномерна последователност на сърдечните удари, докато нередовният сърдечен ритъм насочва към отклонения в тази последователност. Тези нередовности се наричат аритмии и могат да се проявят в различни форми.

Внимателното наблюдение на сърдечния ритъм се осъществява чрез ръчни или електронни методи. Ръчно сърдечният ритъм може да се проверява чрез палпация на големи артерии, като се обръща внимание на времевия интервал на сърдечните удари. Нередовности, като например допълнителни или липсващи удари, се усещат ясно при този метод.

Електронни устройства като ЕКГ осигуряват по-задълбочен анализ на сърдечния ритъм. ЕКГ (електрокардиограма) записва електрическата активност на сърцето и позволява точно разпознаване и класифициране на аритмиите. Този метод предоставя детайлна информация за продължителността и последователността на отделните сърдечни удари и е незаменим при подозрение за тежки ритъмни нарушения.

Съществуват няколко типа аритмии:

- **Брадиаритмии:** Забавен сърдечен ритъм, често свързан с брадикардия.
- **Тахиаритмии:** Ускорен сърдечен ритъм, често свързан с тахикардия.
- **Екстрасистоли:** Допълнителни удари, които се появяват извън редовния сърдечен ритъм.
- **Предсърдно мъждене:** Нередовно бързи пулсови стойности, които могат да представляват постоянна ритъмна смущение.

Разпознаването и диференцирането на сърдечните ритъмни нарушения е от съществено значение. Всяка установена нередовност трябва да бъде документирана и предадена на интердисциплинарния екип, за да се осигури адекватна клинична оценка и терапия. Особено внимание изискват внезапно появяващи се или симптоматични аритмии, за да се предотвратят тежки сърдечни събития. Постоянното наблюдение и безпроблемната комуникация с медицинския екип подпомагат навременна и ефективна интервенция.

7 Това е само предварителен преглед

Пълната книга е достъпна на <https://www.altenpflege.de> за регистрирани потребители. Регистрацията и използването са безплатни. За тези, които не желаят да се регистрират, сумата, посочена на страница 2, може да бъде преведена чрез PayPal на buchhaltung@factsoft.de, като се посочат както заглавието на книгата, така и имейл адреса. След това PDF файлът ще бъде изпратен по имейл.

Освен безплатния достъп до кратките учебници, регистрацията на [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de) позволява директно кандидатстване за работни места. А също така и възможността сами да публикувате безплатно обява за работа. Станете и вие част от общността на [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de).