

altenpflege.de Edition

Кратки учебници за обука во нега - акцент на нега на стари лица

Theo Ahrens

Набљудување на витални знаци

presented by

YES
ARCH
ITEC
TURE.

Библиографски податоци

Theo Ahrens – Кратка биографија

Тео Аренс, роден 1979 година во близина на Минхен, е учител за здравствени професии и ангажиран воспитувач во нега. По една година доброволна социјална работа во болница, тој заврши обука за здравствен и болнички негувател и собра вредно професионално искуство на одделот за интензивна нега. Поттикнат од желбата да споделува знаење, студираше педагогија за нега и почна да работи како учител во стручна школа во Минхен од 2009 година. Тео е познат по своето практично ориентирано и емпатично предавање, со кое ги подготвува идните негуватели за нивната сложена професија. Приватно, живее во Берлин со својата сопруга и двајцата деца и волонтира за подобри услови во обуката за нега.

Ова кратко учебник е формулирано од наставни планови на неговата настава користејќи вештачка интелигенција. Преводот е извршен автоматски.

Издадено од altenpflege.de

Цена DE/AT: 3,90 € CH: 5 Fr

Copyright 2024 altenpflege.de

Забелешки и предлози за подобрување ве молиме на team@altenpflege.de.

1/1-2412181523

Содржина

1 Општо за мониторинг на виталните знаци	4
2 Основни знаења за витални знаци	5
2.1 Дефиниција и значење на витални знаци	5
2.2 Кои витални знаци се следат	5
2.3 Нормални вредности на животни знаци и нивната зависност од возраста	6
2.4 Отстапувања на виталните знаци и нивното значење	7
3 Пулс (Срцева фреквенција) и срцев ритам	9
3.1 Дефиниција и методи на мерење на пулсот	9
3.2 Нормални вредности на пулсот и отстапувања	9
3.3 Набљудување на срцевиот ритам	10
3.4 Фактори на влијание врз пулсот	11
3.5 Документација и интерпретација на пулсните вредности	12
4 Мерење и следење на крвниот притисок	13
4.1 Дефиниција и значење на крвниот притисок	13
4.2 Методи за мерење на крвниот притисок	13
4.3 Нормални вредности на крвниот притисок и отстапувања	14
4.4 Фактори кои влијаат на крвниот притисок	15
4.5 Мерки при отстапувања на крвниот притисок	16
4.6 Документација и интерпретација на мерењето на крвниот притисок	17
5 Следење на дишењето (респирацијата)	18
5.1 Дефиниција и значење на надзорот на дишењето	18
5.2 Методи за мерење на респираторната фреквенција и набљудување на дишењето	18
5.3 Нормални вредности на респираторната фреквенција и отстапувања	19
5.4 Набљудување на квалитетот на дишењето	20
5.5 Фактори што влијаат на дишењето	21
5.6 Мерки при нарушувања на дишењето	22
5.7 Документација и интерпретација на набљудувањето на дишењето	23
6 Мерење и следење на телесната температура	24
6.1 Значење на телесната температура	24
6.2 Методи за мерење на температурата	24
6.3 Нормални вредности на телесната температура и отстапувања	25
6.4 Фактори кои влијаат на телесната температура	26
6.5 Мерки при треска и потемпература	27
6.6 Документација и интерпретација на мерењето на температурата	28
7 Мерење и следење на сатурација на кислород (SpO2)	29
7.1 Значење на заситеноста со кислород	29
7.2 Методи на мерење на заситеноста со кислород	29
7.3 Нормални вредности на заситеност на кислород и отстапувања	30
7.4 Фактори кои влијаат на заситеноста со кислород	31
7.5 Мерки при недостаток на кислород	32
7.6 Документација и интерпретација на сатурација на кислород	33
8 Следење на состојбата на свеста	34
8.1 Дефиниција и значење на состојбата на свеста	34
8.2 Набљудување и проценка на состојбата на свеста	34
8.3 Методи за оценување на состојбата на свеста	35
8.4 Фактори кои влијаат на состојбата на свеста	36
8.5 Мерки при нарушувања на свеста	36
8.6 Документација и интерпретација на набљудувањето на свеста	37
9 Методи и помагала за мерење на виталните знаци	39
9.1 Аналоги наспроти дигитални мерни уреди	39
9.2 Помагала за мерење	40
9.3 Ракување и одржување на мерни уреди	41
9.4 Извори на грешки при мерење на виталните знаци и како да се избегнат	42
10 Комуникација и документација на виталните знаци	44
10.1 Важност на документацијата	44
10.2 Форми на документација	44
10.3 Комуникација на неправилности до негувателите и докторите	45
10.4 Известување и предавање на смена во неа	46
11 Етички и правни аспекти на следење на виталните знаци	48
11.1 Пациентска автономија и согласност за надзор	48
11.2 Постапување со необични вредности и итни мерки	49
11.3 Професионална одговорност и должност за грижа на негувателите	49
11.4 Правни прописи за документирање на витални знаци	50
12 Практични примери и случајни студии	52
12.1 Практични примери за следење на виталните знаци кај постари лица	52
12.2 Студии на случај за нарушувања на виталните знаци	53
12.3 Рефлексии на мерки при абнормални витални знаци	54

1 Општо за мониторинг на виталните знаци

Следењето на виталните знаци е од клучно значење во грижата за стари лица. Виталните знаци обезбедуваат основни информации за здравствената состојба и виталните функции на постарите луѓе. Редовното следење овозможува рано откривање на здравствени промени и потенцијални ризици

Целите на следењето на виталните знаци се откривање на аномалии, поддршка при поставување дијагноза, проверка на ефективност на третманите и обезбедување на безбедноста на жителите. Објективното разбирање на здравствената состојба овозможува подобро индивидуално планирање и прилагодување на грижата

Задачите на следењето вклучуваат систематско прибирање, интерпретација и документирање на вредности како крвен притисок, пулсна фреквенција, респираторна фреквенција и телесна температура. Овие задачи бараат точност и внимание, бидејќи најмалите промени може да укажуваат на сериозни здравствени проблеми

Негователите носат голема професионална одговорност. Тие се обврзани постојано да ги следат виталните знаци и веднаш да реагираат на отстапувања. Тоа вклучува итно известување до претпоставени или лекари и, доколку е потребно, започнување соодветни мерки. Одговорноста вклучува и познавање на техничките аспекти на користење на уредите за следење и одржување на сите информации за најновите упатства во негата

Негователите мора да дејствуваат етички и професионално за да обезбедат највисок стандард на грижа за жителите. Тие треба редовно да учествуваат на обуки за да ги прошират своите стручни знаења и да бидат подготвени за актуелните развојни текови во следењето на виталните знаци. Одржливото обезбедување на висок квалитет на нега останува клучен аспект на професионалната одговорност

2 Основни знаења за витални знаци

2.1 Дефиниција и значење на витални знаци

Виталните знаци се мерливи физиолошки параметри кои даваат информации за здравствената состојба на човекот. Тие служат како основни индикатори за животни важните функции на телото.

Меѓу најважните витални знаци се пулсот, крвниот притисок, дишењето, температурата на телото и заситеноста со кислород. Често на оваа листа се додава и состојбата на свеста која исто така обезбедува суштински информации за проценка на здравствениот статус.

Следењето на овие знаци овозможува рано препознавање на промените во здравствената состојба. Редовното надгледување помага во идентификација на акутни влошувања или хронични развојни процеси, со што можат да се преземат навремени и соодветни терапевтски мерки.

Во контекст на геријатриската нега, виталните знаци имаат посебно значење. Постарите луѓе се поподложни на здравствени флукуации, а точната интерпретација на виталните знаци може да биде од клучно значење за нивната благосостојба и стабилност. Прецизното следење ги поддржува негувателите во намалувањето на здравствените ризици и подобрувањето на квалитетот на живот на оние што се во нега.

За негувателите да можат доверливо да ја оценат и да одговорат на здравствената состојба на дозволените лица, потребно е темелно разбирање на виталните знаци и нивните интеракции. Интерпретацијата бара и теоретско знаење и практично искуство.

Вкупно, виталните знаци се неопходна алатка во геријатриската нега, која значајно влијае на здравствениот и негувателскиот процес. Нивното значење не лежи само во репрезентација на телесната состојба, туку и во нивната улога во рамките на холистичка нега. Превентивните, дијагностичките и терапевтските одлуки често се базираат на информациите кои се добиваат преку следење на виталните знаци.

2.2 Кои витални знаци се следат

На надгледуваните витални знаци спаѓаат пулс, крвен притисок, дишење, телесна температура, заситеност со кислород и состојбата на свест.

Пулсот го означува срцевиот фреквенција и срцевиот ритам. Тој дава увид во здравјето на срцето и состојбата на крвотокот. Обично се мери пулсот на радијалните, брахијалните или каротидните артерии.

Крвниот притисок се состои од систолен и дијастолен вредност. Овие вредности го покажуваат притисоците во артериите за време на контракцијата на срцето и фазата на релаксација. Отклонувањата можат да укажуваат на проблеми во крвотокот или оптеретувања на органите.

Дишењето го опфаќа бројот на вдишувања и квалитетот на дишењето. Промените во фреквенцијата или квалитетот често се рани индикации за респираторни проблеми или метаболички промени.

Телесната температура е индикатор за терморегулаторниот статус и може да укажува на инфекции или други патолошки состојби. Мерењата обично се вршат орално, аксиларно или ректално.

Заситеноста со кислород го покажува уделот на хемоглобинот заситен со кислород. Ниските вредности можат да укажуваат на опструкции на дишните патишта, срцеви проблеми или неадекватна вентилација.

Состојбата на свест ја рефлектира когнитивната и невролошката функција. Промените во ориентацијата, будноста или способноста за реакција бараат итна проценка и можат да укажуваат на невролошки или системски итни состојби.

Редовното надгледување на овие витални знаци обезбедува важни информации за негата на постари лица и помага во донесувањето одлуки за неопходни негувателски или медицински мерки.

2.3 Нормални вредности на животни знаци и нивната зависност од возраста

Честота на пулс, крвен притисок, респираторна фреквенција, телесна температура, сатурација со кислород и состојба на свест имаат различни нормативни вредности во зависност од возрастната група, кои се клучни за грижата за постарите луѓе.

Честота на пулс: Воопшто, нормалната фреквенција на срцето кај здрави возрасни лица е помеѓу 60 и 100 удари во минута. Кај постарите луѓе, фреквенцијата на мирување може да биде пониска поради намалена физичка активност, лекови или физиолошки промени во кардиоваскуларниот систем. Сепак, таа не би требало постојано да паѓа под 60 удари во минута во мирување.

Крвен притисок: Нормалниот крвен притисок за возрасни се смета дека е околу 120/80 mmHg. Кај постари луѓе, нормативните вредности често благо се зголемуваат поради промените во крвните садови. Систоличен притисок помеѓу 120 и 139 mmHg, како и дијастоличен притисок помеѓу 80 и 89 mmHg често се сметаат за прифатливи, зависно од индивидуалната здравствена состојба.

Респираторна фреквенција: Нормалната респираторна фреквенција кај возрасни е помеѓу 12 и 20 вдишувања во минута. Во старост, респираторната фреквенција може да варира, но често останува во наведениот опсег. Значајно отстапување може да укажува на респираторни или метаболички проблеми.

Телесна температура: Кај здрави возрасни лица, нормалната телесна температура е околу 36,1 до 37,2 степени Целзиусови. Во старост, просечната телесна температура може да биде малку пониска. Важно е да се обрне внимание на дури и мали отстапувања, бидејќи тие можат да укажуваат на патолошки состојби.

Сатурација со кислород (SpO₂): Нормативните вредности се движат помеѓу 95-100% кај здрави возрасни лица. Кај постарите луѓе, сатурацијата може да биде пониска поради белодробни заболувања или срцеви проблеми. Вредности под 92% бараат посебно внимание и често медицинска проценка.

Состојба на свест: Промените не се толку поврзани со точни вредности, туку со набљудуваните отстапувања во однесувањето или реакциската способност. Кај постарите луѓе, бавна адаптација или променета будност често е нормална, но нагли или значајни промени бараат итна проценка.

Во старската нега е важно да се разберат овие нормативни вредности во контекст на индивидуалната здравствена состојба, за да се препознаат отстапувањата и адекватно да се реагира.

2.4 Отстапувања на виталните знаци и нивното значење

При отстапувања на виталните знаци, важно е точно да се идентификуваат можните здравствени ризици.

Отстапувања на пулсот: Тахикардија, дефинирана како зголемена чувство на срцевото биење над 100 отчукувања во минута, може да укажува на треска, стрес, срцева слабост или анемија. Брадикардија, срцево биење под 60 отчукувања во минута, би можела да биде предизвикана од лекарства, срцеви заболувања или метаболички проблеми.

Осцилации на крвниот притисок: Зголемениот крвен притисок (хипертензија) го зголемува ризикот за кардиоваскуларни заболувања и може да се јави поради стрес, исхрана или генетски фактори. Хипотензија може да доведе до вртоглавица и несвестица и често е поврзана со недостаток на волумен или срцеви проблеми.

Аномалии на дишењето: Тахипнеја, зголемена брзина на дишење, укажува на респираторни заболувања, болка или стрес. Брадипнеја, намалена брзина на дишење, може да биде предизвикана од ефекти на лекарства или невролошки заболувања. Плиткото или неправилното дишење исто така бараат итно внимание.

Промени на температурата: Треската често сигнализира инфекција или воспаление, при што покачувањата над 38°C се значајни. Хипотермијата, под 35°C, може да укаже на фактори на околината или метаболички нарушувања и бара брзо противдејствување за да се избегнат животозагрозувачки состојби.

Осцилации на кислородната сатурација: SpO₂ под 92% укажува на недоволна размена на гасови, често предизвикана од респираторни заболувања или срцеви дефекти. Потребни се итни мерки за да се превенира хипоксија.

Промени во свеста: Ненадејната дезориентација или намалена будност може да укажат на невролошки проблеми или системски болести и бараат итна евалуација.

Раното препознавање и справување со ваквите отстапувања е од клучно значење за да се обезбеди здравјето и благосостојбата на постарите лица.

preview

3 Пулс (Срцева фреквенција) и срцев ритам

3.1 Дефиниција и методи на мерење на пулсот

Пулсот е забележлива импулсна брана која настанува кога срцето пумпа крв во артериите. Оваа брана може да се почувствува на различни делови од телото. Пулсот ја дава како срцевата фреквенција – бројот на отчукувања на срцето во минута – така и ритамот на срцето.

Рачна метода: Пулсот може рачно да се палпира, така што врвовите на прстите лесно се притиснуваат на артерија. Најчесто користени пулсни точки се *arteria radialis* (на зглобот), *arteria carotis* (странично на вратот) или *arteria brachialis* (на внатрешната страна на надлактицата). Со оваа метода се брои срцевата фреквенција, најчесто за 15 секунди, а потоа се пресметува на една минута.

Електронска метода: Електронски уреди како пулсоксиметри или електронски апарати за мерење на крвен притисок можат автоматски да го мерат пулсот. За оваа цел се користат сензори што ги регистрираат промените во волуменот на крвта предизвикани од пулсирањето. Оваа метода нуди прецизни и континуирани мерења и е особено погодна за следење во подолги временски периоди.

Изборот на методата за мерење зависи од ситуацијата и потребната точност. Рачната метода бара обука и вежбање за да се постигнат сигурни резултати, додека електронските уреди се лесни за користење, но сепак бараат редовна проверка на функционалноста.

3.2 Нормални вредности на пулсот и отстапувања

Нормалните вредности на пулсот варираат во зависност од возраста и физичката состојба. Кај возрасни, нормалниот пулс во мирување е помеѓу 60 и 100 отчукувања во минута. Кај доенчиња и мали деца, повисоките пулсни стапки се нормални, додека тренираните спортисти често имаат пониски вредности.

Отстапувањата од нормалните вредности вклучуваат брадикардија и тахикардија. Брадикардија означува пулс под 60 отчукувања во минута. Тоа може да биде предизвикано од добра физичка кондиција, но исто така и од срцеви заболувања, хипотиреоза или внесување на одредени лекови. Тахикардија означува пулс над 100 отчукувања во минута во мирување. Причините за ова може да бидат физичка активност, стрес, треска, дехидрација или болести како срцева слабост.

Препознавањето на отстапувањата на пулсот е од суштинско значење. Секоја значајна промена треба внимателно да се документира и да се процени во консултација со медицинскиот тим, за да се утврди потребата од понатамошни истражувања или терапевтски мерки.

3.3 Набљудување на срцевиот ритам

Ритамот на срцето ја опишува редовноста на срцевите удари. Редовниот ритам на срцето укажува на рамномерна последователност на срцевите удари, додека нерегуларниот ритам укажува на отстапки во таа последователност. Овие нерегуларности се нарекуваат аритмии и можат да се појават во различни форми.

Прецизното набљудување на ритамот на срцето се врши преку мануелни или електронски методи. Мануелно, ритамот на срцето може да се провери со палпација на големи артерии, при што се обрнува внимание на временскиот интервал на срцевите удари. Нерегуларности, како што се дополнителни или исчезнати удари, јасно можат да се почувствуваат.

Електронските помагала како ЕКГ-апаратите овозможуваат поцелосна анализа на ритамот на срцето. ЕКГ (електрокардиограм) ја снима електричната активност на срцето и овозможува точно откривање и класификација на аритмии. Овој метод обезбедува детални информации за времетраењето и последователноста на поединечните срцеви удари и е неопходен при сомнеж за сериозни ритамски нарушувања.

Постојат неколку типови на аритмии:

- **Брадиаритмии:** Забавен ритам на срцето, често поврзан со брадикардија.
- **Тахиаритмии:** Забрзан ритам на срцето, често поврзан со тахикардија.
- **Екстрасистоли:** Дополнителни удари кои се јавуваат надвор од регуларниот ритам на срцето.
- **Предсрцево флуткање:** Нерегуларно брзи пулсни вредности, кои можат да претставуваат конзистентно ритамско нарушување.

Препознавањето и разликувањето на срцевите ритамски нарушувања е есенцијално. Секоја утврдена нерегуларност треба да биде документирана и пренесена на интердисциплинарниот тим за да се обезбеди адекватна клиничка проценка и терапија. Посебно внимание бараат ненадејно појавени или симптоматични аритмии, за да се спречат сериозни кардијални настани. Континуираниот мониторинг и беспрекорната комуникација со медицинскиот тим поддржуваат навремена и ефективна интервенција.

7 Ова е само преглед

Целосната книга е достапна на <https://www.altenpflege.de> за регистрирани корисници. Регистрацијата и користењето се бесплатни. Кој не сака да се регистрира, може да ја уплати сумата наведена на страница 2 преку PayPal на buchhaltung@factsoft.de и да го наведе насловот на книгата и неговата е-пошта. Потоа ќе го добие PDF-от по е-пошта.

Покрај бесплатниот пристап до кратките учебници, регистрацијата на [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de) овозможува директно аплицирање за работни места. Исто така, можете да објавите бесплатен оглас за работа. Станете и вие дел од заедницата на [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de).