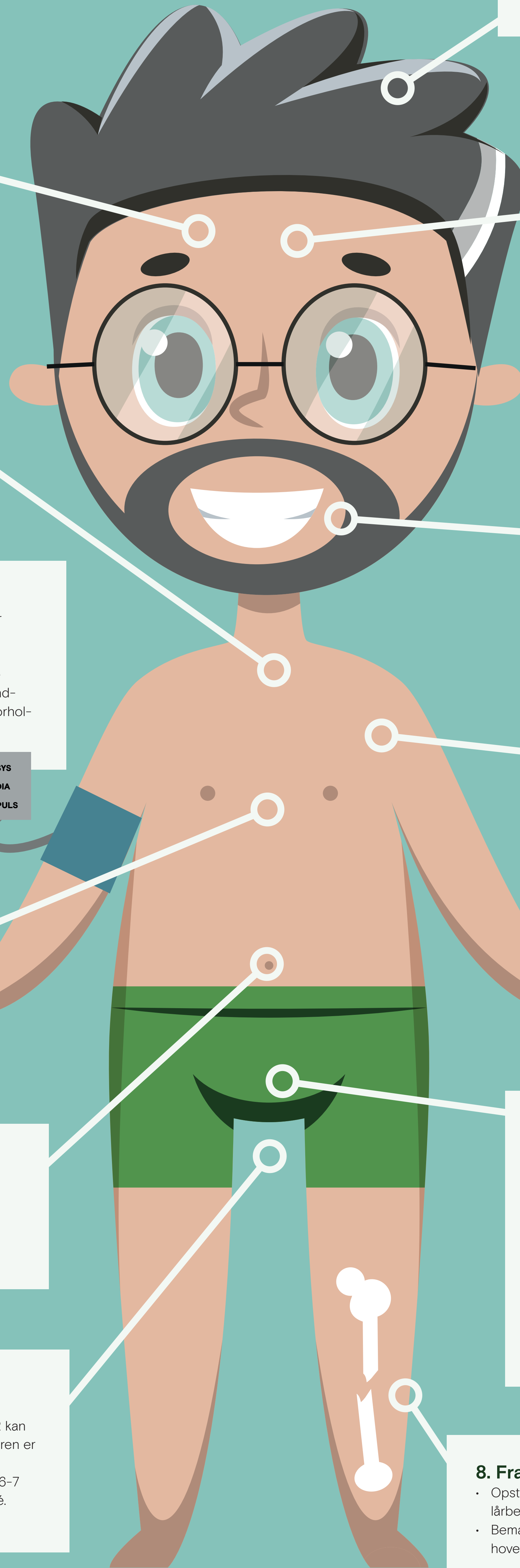


Er de 14 i orden?

14 ting, du skal være opmærksom på i hverdagen



1. Hjernen:

Den del af centralnervesystemet, som findes inde i kraniet.

Gode minder eller historier kan fremprovokeres ved:

- At spørge efter råd eller erfaringer
- At fortælle egne sjove historier
- At spørge, hvad borgeren tænker på

14. Frisure:

Opsætning af hovedhåret

Sidder borgerens hår særligt godt, kan du:

- Spørge, om der kommer gæster
- Rose borgeren

13. Comotio cerebri (hjernerystelse):

Er en borger faldet og har slået hovedet og der mistænkes comotio cerebri, så vær opmærksom på bla.:

- Hovedpine
- Træthed
- Kvalme
- Følsomhed overfor lys og lyd
- Svimmelhed

2. Dyspnø (åndenød):

Når en borger har følelse af at få for lidt luft.

- Dyspnø kan evt. opstå pga. pneumoni (lungebetændelse)

12. Smil:

Et ansigtsudtryk som består af en karakteristisk trækning opad i mundvigene og sammentrækning af musklerne omkring øjnene.

Kan opstå i tilfælde af:

- Godt humør
- En sød bemærkning
- En sjov historie

3. Blodtryksmåling:

- Systolisk: Når ♥ pumper blodet ud i de store kar
- Diastolisk: Når ♥ fyldes med blod
- Puls: Antal af udvidelser i pulsåren pr. minut.
- Et normalt blodtryk ligger på 120/80. Det er ofte stigende med alderen, og medicinen kan have indvirkning på blodtrykket. Derfor er det vigtigt at forholde sig til, hvad borgerens normale blodtryk er.

150 SYS
85 DIA
65 PULS

11. Ødem:

Væskeophobning

- Ødemer kan opstå i hele kroppen.
- Ødemer omkring anklernerne kan skyldes dårlig venepumpeaktivitet
- Kan bla. behandles m. kompressionsstrømper (hjælpemiddel, som borgeren visiteres til).
- Ødemer andre steder skyldes ofte dårlig funktion af de indre organer (hjertet, leveren eller nyrer)

4. Respirationsfrekvens (REF):

- Borgeren skal ligge ned. Læg din hånd på brystkassen og følg bevægelserne. Tæl bevægelserne i et minut, hvorefter du har REF(normal 12-20/min.).
- Hav fokus på respirationsdybde og rytme, samt lyden.

10. Saturation (SAT):

- Blodets iltmætning

5. Maven:

Rar og varm fornemmelse kan opnås ved:

- Gode grin
- Rare samtaler
- Øjenkontakt
- Et klem i hånden

9. Urinstix:

Der tages en urinprøve fra en borger, som bla. har givet udtryk for:

- Hyppig vandladning
- Svie og smerte ved vandladning
- Samt at personalet evt. observerer ændringer i borgerens funktion, eller at borgeren bliver konfus
- Slår stixen ud for leucocytter, nitrit og blod, kan det være et tegn på, at borgeren har en urinvejsinfektion (UVI).
- Kontakt borgerens læge med henblik på at aflevere en urinprøve.

6. Afføring:

Scores via Bristol Stool Chart

- Har borgeren en type 1 eller 2 kan det være et tegn på, at borgeren er obstiperet
- Hvorimod afføring af en type 6-7 betegnes som værende diarré.
- Type 4 er almindelig afføring

8. Fraktur (knoglebrud):

- Opstår, når en borger falder og brækker fx lårbenknoglen.
- Bemærk osteoporose (knogleskørhed) er hovedårsag til knoglebrud blandt ældre.

7. Decubitus (tryksår):

- Et tryksår opstår først som rødme. Kontakt en kollega, hvis du har mistanke om begyndende tryk. Vær opmærksom på at trykflaste f.eks. med lejrning.
- Figur viser de områder bagpå kroppen, som er særligt udsatte for tryk.

