

درس اول: مقدمه

محصولات جاذب از نشت ادرار و/یا مدفوع جلوگیری می‌کنند و برای افرادی که بی‌اختیاری دارند مفید است. محصولات جاذب می‌توانند:

- به فرد مبتلا به بی‌اختیاری از طریق با محافظت از لباس و محیط اطراف او، کمک کند.
- حرمت، آسایش و کیفیت زندگی فرد را حفظ کند.
- برای کوتاه‌مدت یا بلندمدت استفاده شود.

محصولات قابل شستشو - پس از هر بار استفاده شسته و خشک می‌شوند	محصولات یک‌بار مصرف - یک بار پوشیده و سپس دور ریخته می‌شوند
برای استفاده از محصولات جاذب قابل شستشو، افراد نیاز به موارد زیر دارند: ✓ آب و صابون برای شستن خود ✓ مکانی برای شستن و خشک کردن لباس‌هایشان ✓ زمانی که هر روز برای شستن محصولات خود اختصاص دهند ✓ یک سطل با درب برای محصولات استفاده شده در خانه و یک کیسه ضد آب برای محصولات استفاده شده در خارج از خانه.	برای استفاده از محصولات جاذب یک‌بار مصرف، افراد نیاز به موارد زیر دارند: ✓ آب و صابون برای شستن خود ✓ دریافت مستمر محصولات یک‌بار مصرف ✓ مکانی خشک برای نگهداری ذخیره‌ای از محصولات یک‌بار مصرف ✓ سیستم دفع و جمع‌آوری زباله مناسب

محصولات جاذب قابل شستشو و یک‌بار مصرف انواع مختلفی دارند اما تمامی محصولات دارای سه لایه هستند. این لایه‌ها شامل:

۱. لایه رویی: اجازه می‌دهد تا مایع از طریق لایه جاذب عبور کند و با خشک نگه داشتن پوست از آن محافظت می‌کند.
۲. لایه جاذب: ادرار و مایع مدفوع را جذب و نگه می‌دارد.
۳. لایه ضد آب: از نشت مایع به لباس فرد و محیط اطراف او جلوگیری می‌کند.

محصولات جاذب ممکن است برای نشت‌های سبک، متوسط یا سنگین مناسب باشند. TAP روی محصولات مناسب برای نشت‌های متوسط و سنگین تمرکز دارد.

انواع مختلف محصولات جاذب دارای مزایا و معایب متفاوتی هستند. انتخاب نوع محصول توسط شخص به موارد زیر بستگی دارد:

- فعالیت‌های روزانه آن‌ها
- خانه، محل کار و محیط‌های دیگر آن‌ها
- عملکرد بهتر برای جلوگیری از نشت در افراد
- هزینه و در دسترس بودن محصولات مختلف
- اولویت شخصی

درس دوم: ارزیابی و انتخاب

ممکن است بحث در مورد نشت ادرار یا مدفوع دشوار باشد. همیشه در نظر داشته باشید که چه کاری می‌توانید انجام دهید تا کار را برای آن‌ها آسان‌تر کنید. داشتن یک مکان خصوصی برای صحبت حائز اهمیت است.

همیشه اطمینان حاصل کنید فردی که دچار مشکل نشت ادرار یا مدفوع است برای ارزیابی دلیل بی‌اختیاری و مشاوره در مورد درمان یا مدیریت آن به یک متخصص بهداشت مراجعه می‌کند.

در حین ارزیابی:

- سلامت روده، مثانه و پوست فرد را بررسی کنید. سؤالاتی بپرسید تا متوجه شوید که آیا فرد دارای یک بیماری است که نیاز به ارجاع فوری به یک متخصص بهداشتی دارد یا خیر و یا از مشاوره در مورد مثانه، روده یا پوست سالم بهره‌مند می‌شود.
- در مورد نوع بی‌اختیاری فرد با درخواست توضیح از او مطلع شوید:
- هنگامی که نشت ادرار یا مدفوع رخ می‌دهد (روز / شب)

- هرچند وقت یک‌بار نشت رخ می‌دهد (گاهی / مکرر / دائم)
- نشتی‌ها چقدر سنگین هستند (مقدار سبک / متوسط / سنگین) و اینکه مدفوع عمدتاً جامد است یا مایع.
- با پرسیدن موارد زیر، محیط، گزینه‌های شستشو و/یا دفع فرد را بشناسید:
- فعالیت‌های روزانه آن‌ها و اینکه آیا در خانه هستند، خارج از خانه یا هر دو
- آیا قادر به شستن و خشک کردن محصولات قابل شستشو هستند.
- چگونه محصولات یک‌بارمصرف را جمع‌آوری و دفع می‌کنند.
- بررسی کنید چگونه شخص محصولات خود را می‌پوشد و درمی‌آورد.
- اندازه‌گیری‌هایی را انجام دهید تا تخمین بزنید که چه اندازه محصولی مناسب و موردنیاز است.
- پس از جمع‌آوری اطلاعات ارزیابی فوق، با فرد موردنظر برنامه‌ای تهیه کنید که شامل:
- فهرستی از انواع محصولاتی که ممکن است به آن‌ها نیاز داشته باشند. آن‌ها ممکن است به انواع مختلفی از محصولات نیاز داشته باشند تا مناسب روز، شب و/یا فعالیت‌های مختلف باشند.
- بر اساس تعداد دفعاتی که احتمالاً نیاز به تعویض محصول در هر روز دارند، به چه تعداد از هر محصول نیاز خواهند داشت.
- آیا نیاز به ارجاع دارد
- اطلاعاتی که ممکن است برای آموزش به فرد نیاز داشته باشید (به مرحله ۴ مراجعه کنید).

درس سوم: نصب و متناسب‌سازی

- بررسی تناسب محصولات جاذب بسیار مهم است زیرا محصولی که به‌خوبی اندازه هستند احتمال نشتی کمتری دارد.
- هنگام بررسی تناسب محصولات جاذب، از یک فضای خصوصی استفاده کنید. فرد باید لباس‌زیر پوشیده باشد.
- بررسی کنید:
- اندازه محصول با اندازه کمر، باسن و ران فرد متناسب باشد.
- محصول راحت باشد.
- هنگام اضافه کردن پدهای جاذب اضافی، پدها را درجایی قرار دهید که به جذب بیشتری نیاز است. این نواحی در مردان و زنان متفاوت است.

درس چهارم: استفاده

هنگامی که در مورد محصولات به فرد آموزش داده می‌شود، وی در مورد استفاده از محصولات جاذب اطمینان بیشتری خواهد داشت:

- نحوه پوشیدن، درآوردن و برنامه‌ریزی برای استفاده در خارج از خانه
- چگونگی مراقبت از محصولات
- چگونه حفظ سلامت مثانه، روده و پوست

درس پنجم: پیگیری

تهیه محصول مناسب برای یک فرد ممکن است زمان‌بر باشد لذا پیگیری اولیه برای بررسی عملکرد خوب محصول مهم است. این پیگیری را می‌توان از طریق تماس تلفنی انجام داد:

- بررسی کنید که محصول همچنان نیازهای فرد را برآورده می‌کند.
- وضعیت محصول جاذب را بررسی کنید.