Əsas mesajlar: Absorbent məhsullar

Birinci dərs: Giriş

Absorbentlər sidik və (və ya) nəcis axıntılarını özündə saxlayır və inkontinensiya problemi olan şəxslər üçün faydalıdır. Absorbentlər:

- Şəxsin paltarlarını və yaxın ətrafını qorumaqla şəxsə inkontinensiya problemində kömək edə bilər.
- Şəxsin ləyaqətini, rahatlığını və həyat keyfiyyətini qoruyub saxlayır.
- Qısamüddətli və ya uzunmüddətli istifadə oluna bilər.

Yuyula bilən məhsullar – hər bir istifadədən sonra yuyulur və qurudulur.	**Bir dəfəlik istifadə üçün məhsullar** – bir dəfə geyilir, daha sonra isə atılır.
Yuyula bilən absorbent məhsullardan istifadə etmək üçün insanların aşağıdakılara ehtiyacı var: ✓ Yuyunmaq və məhsulları yumaq üçün su və sabuna; ✓ Paltarlarını yumaq və qurutmaq üçün yerə; ✓ Məhsullarını yumaq üçün hər gün vaxta; ✓ Evdə istifadə olunmuş məhsullar üçün qapaqlı verdə və evdən bayırda olan zaman istifadə olunmuş məhsullar üçün yaş çantaya.	**Bir dəfəlik istifadə üçün** absorbent məhsullardan istifadə etmək üçün insanların aşağıdakılara ehtiyacı var: ✓ Yuyunmaq üçün su və sabuna; ✓ Bir dəfəlik istifadə üçün məhsulların müntəzəm təmin olunmasına; ✓ Bir dəfəlik istifadə üçün məhsulların ehtiyatını saxlamaq üçün quru yerə; ✓ Tullantıların etibarlı utilizasiyası və toplanması sisteminə.

Yuyula bilən və bir dəfəlik istifadə üçün məhsulların müxtəlif növləri olsa da, bütün məhsullarda üç təbəqə vardır. Bunlar aşağıdakılardır:

1. **Üst təbəqə**: mayenin uducu təbəqədən keçməsinə imkan yaradır və dərini quru saxlamaqla onu qoruyur
2. **Uducu təbəqə**: sidiyi və nəcisdən çıxan mayeni udur və özündə saxlayır
3. **Sukeçirməz təbəqə:** geyinən şəxsin paltarlarını və yaxın ətrafını axıntılardan qoruyur

Absorbent məhsullar zəif, orta və güclü axıntıya uyğunlaşdırıla bilər. TAP-ın diqqət mərkəzində orta və güclü axıntılar üçün münasib məhsullar dayanır.

Absorbent məhsulların müxtəlif növlərinin müxtəlif müsbət və mənfi cəhətləri vardır. Şəxsin seçimi aşağıdakılardan asılıdır:

- Onun gündəlik fəaliyyətlərindən;
- Onun axıntıları üçün hansı məhsulların ən münasib məhsullar olmasından;
- Müxtəlif məhsulların qiymətindən və əlçatanlığından;
- Şəxsi seçimdən.

İkinci dərs: Seçmək

İnsanlar axıntılarının olmasını müzakirə etməyi çətin hesab edə bilərlər. Bütün hallarda onlar üçün bunu asanlaşdırmaq üçün nə edə biləcəyinizi nəzərdən keçirin. Söhbət etmək üçün təklikdə qala biləcəyiniz yerin olması mühümdür.

Axıntıları olan şəxsin inkontinensiya probleminin səbəbinin yoxlanılması üçün bütün hallarda həmin şəxsin səhiyyə mütəxəssisinin qəbulunda olduğundan və müalicə və ya həll yolu haqqında məsləhətlər aldığından əmin olun.

Qiymətləndirmə zamanı:

- Şəxsin bağırsaqlarının, sidik kisəsinin və dərisinin sağlamlığını yoxlayın. Şəxsdə təxirəsalınmadan səhiyyə mütəxəssisinə yönləndirilməni tələb edən sağlamlıq probleminin olub-olmadığını və (və ya) şəxsin sidik kisəsinin, bağırsaqların və dərinin sağlamlığı haqqında məsləhətlərdən faydalana bilib-bilməyəcəyini müəyyənləşdirmək üçün suallar verin.
- Şəxsdən aşağıdakıları təsvir etməsini istəməklə onun inkontinensiya probleminin formasını öyrənin:
- Axıntıların nə zaman baş verdiyi (gündüz / gecə);
- Axıntıların hansı tezliklərdə (təsadüfən / tez-tez / müntəzəm şəkildə) baş verdiyi;
- Axıntıların nə dərəcədə güclü (az / orta / güclü) olduğu və nəcisin əsasən quru və ya maye formada olub-olmaması.
- Aşağıdakılar haqqında soruşmaqla şəxsin mühitini, yuyunma və (və ya) utilizasiya imkanlarını anlayın:
- Onun gündəlik fəaliyyətləri və evdə, bayırda və ya hər ikisində olub-olmadığı;
- Onun yuyula bilən məhsulları yumağı və qurutmağı bacarıb-bacarmadığı;
- Onun bir dəfəlik istifadə üçün məhsulları necə saxlaya və utilizasiya edə biləcəyi.
- Şəxsin öz məhsullarını necə geyinib-soyunacağını yoxlayın.
- Onun üçün hansı ölçüdə məhsulların ən münasib olduğunu qiymətləndirmək üçün ölçmələr aparın.

Yuxarıdakı qiymətləndirmə məlumatlarını topladıqdan sonra şəxslə birlikdə aşağıdakıların daxil olduğu plan hazırlayın:

- Şəxsin ehtiyac duya biləcəyi məhsul növlərinin siyahısı. Gündüz, gecə vaxtı və (və ya) müxtəlif fəaliyyətlər üçün şəxsin müxtəlif məhsul növlərinə ehtiyacı ola bilər.
- Onun hər bir məhsulu hər gün hansı tezliklə dəyişməyə ehtiyacının ola biləcəyinə əsasən hər məhsuldan neçə ədədinə ehtiyacının olacağı
- Yönləndirilməyə ehtiyac olub-olmadığı
- Şəxsə öyrətmək üçün ehtiyac duya biləcəyiniz məlumatlar (Addım 4-ə baxın).

Üçüncü dərs: Uyğunlaşdırmaq

- Absorbentlərin tam oturan məhsulun sızma ehtimalı daha az olan məhsul kimi uyğunluğunu yoxlamaq vacibdir.
- Absorbentlərin uyğunluğunu yoxlayan zaman tək qala biləcəyiniz bir yerdən istifadə edin. Şəxs alt paltarını geyinməlidir.
- Yoxlayın:
- Şəxsin belinə, ombalarına və budlarına uyğunluğu.
- Məhsulun rahat olub-olmadığını
- Əlavə uducu bezlər əlavə edərkən bezləri əlavə uduculuğa ən çox ehtiyacın olduğu yerlərə yerləşdirin. Bu, kişilər və qadınlar üçün fərqlidir.

Dördüncü dərs: İstifadə etmək

Aşağıdakılar öyrədildiyi halda, şəxs absorbentlərdən istifadə məsələsində özünə daha əmin olacaqdır:

- Necə geyinmək, çıxarmaq və evdən kənarda istifadəni planlaşdırmaq;
- Məhsullara necə qulluq etmək;
- Sidik kisəsinin, bağırsaqların və dərinin sağlamlığını necə qoruyub saxlamaq.

Beşinci dərs: İzləmək

Şəxs üçün doğru məhsulu müəyyənləşdirmək üçün vaxt lazım ola bilər. Məhsulun münasib olub-olmadığını yoxlamaq üçün erkən izləmək əhəmiyyətli ola bilər. Bunu telefonla etmək olar.

- Məhsulun hələ də şəxsin ehtiyaclarına uyğun olub-olmadığını yoxlayın.
- Absorbent məhsulun vəziyyətini yoxlayın.