

NIKSEJÄ

TENA Flex Vyösuojan käyttöön

www.tena.fi

Oy Essity Finland Ab
Health and Medical Solutions

Itsehallintokuja 6, 02600 ESPOO
www.tena.fi

09 506 88 465

asiakaspalvelu@essity.com

Sisällysluettelo:

TENA Flex Vyösuoja 4–5

TENA Flex Vyösuojan hyödyt 6–7

TENA Flex Vyösuojan pukeminen

- seisovalle.....8

- makaavalle.....9

- istuvalle.....10

- takaapäin.....11

TENA Flex -niksit 13–18

TENA Flex Vyösuojan koot ja imukyvyt.....19

Tutustu myös esitteen lopusta löytyvään ergonomia-oppaaseen.

TENA Flex – nykyaikainen ja ergonominen suoja

PROskin

- Ihon terveyden hyväksi. Vyösuojamme kuuluvat ihon terveyttä ylläpitävään TENA ProSkin -tuote-sarjaan.

  Hengittävä ja dermatologisesti testattu TENA Flex Vyösuoja sopii herkälle iholle, eikä peitä ja hiosta kylkien ihoa.

- Joustava ja istuu hyvin. Ainutlaatuinen, joustava vyö myötäilee kehon liikkeitä. Siksi se tuntuu päällä miellyttävältä ja istuu hyvin.

- Helppo ja ergonominen. TENA Flex Vyösuoja on helppo pukea ja se vähentää hoitajan selkään kohdistuvaa rasitusta.*

*) Ergonomics in Hygiene Products (Hygieniatuotteiden ergonomia), Linköpingin yliopisto, 2002

Kenelle TENA Flex Vyösuoja sopii?

TENA Flex Vyösuoja sopii omatoimiselle, avustettavalle ja vuodepotilaalle. Hoitaja pystyy vaihtamaan sen helposti yksinkin.



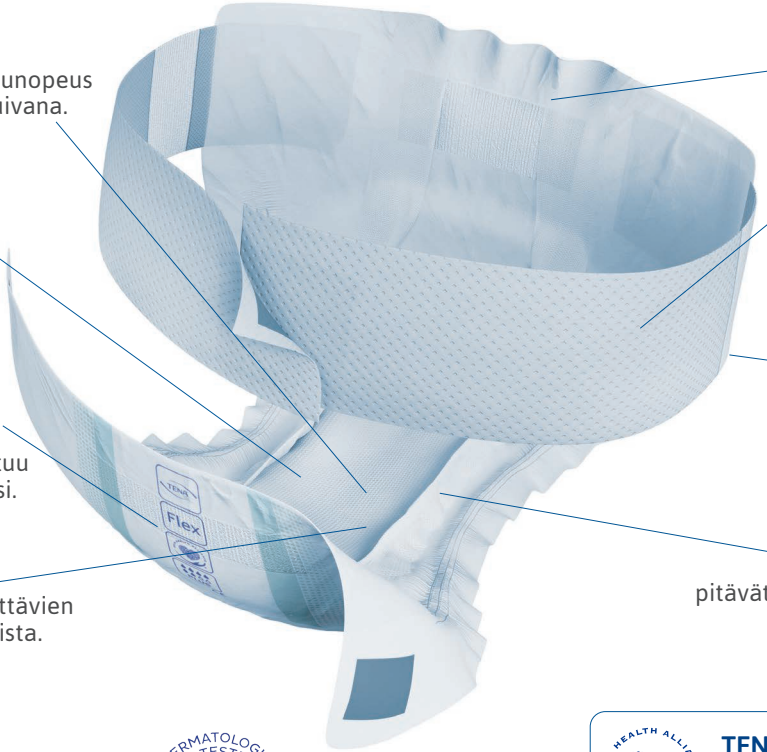
TENA Flex Vyösuojan hyödyt

FeelDry Advanced™
poikkeuksellinen imunopeus pitää ihon pinnan kuivana.

Anatomisesti muotoiltu imuydin
sitoo virtsan sisäänsä.

Kosteusilmaisin
kertoo koska suoja pitää vaihtaa: keltainen väri muuttuu kastuessaan siniseksi.

Odour Neutralizer
vähentää epämiellyttävien hajujen muodostumista.



Vyötäröelastiikan
ansiosta suoja istuu hyvin päällä.

Ainutlaatuinen joustava vyö:
Vyön elastiikka joustaa ja myötäilee kehon liikkeitä kiristämättä. Suoja istuu hyvin päällä.

Ihoystävällinen,
kankaanomaisesta hengittävästä materiaalista valmistettu suoja, joka ei peitä kylkien ihoa.

Reunavuotosuojat
pitävät virtsan suojassa ja vähentävät mahdollisia reunavuotoja.

DERMATOLOGICALLY TESTED

SKIN HEALTH ALLIANCE ENDORSED

TENA ProSkin -tuotesarjalla
on kansainvälisen, puolueettoman Skin Health Alliance -organisaation hyväksyntä.

TENA Flex Vyösuojan pukeminen

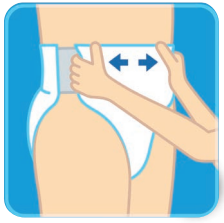
1. Seisovalle



Seiso potilaan edessä ja laita vyö potilaan ympäri suoliluun päältä. Kiinnitä vyö paikoilleen tarrakiinnityksellä.



Vedä suoja jalkojen välistä potilaan etupuolelle. Varmista, että siihen tulee kouru.

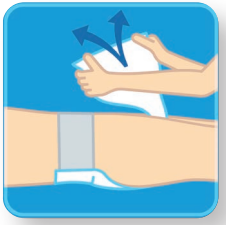


Kiinnitä suoja tiiviisti siinä olevan tarrakiinnityksen avulla vyöhön.

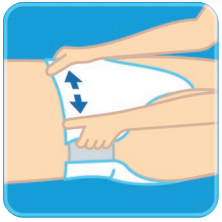
2. Makaavalle



Käännä potilas kyljelleen ja työnnä vyö mahdollisimman pitkälle potilaan alle.



Käännä potilas selälleen. Vedä suoja eteen ja ylös. Varmista, että siihen tulee kouru.



Kiinnitä vyö paikoilleen siinä olevalla tarrakiinnityksellä.

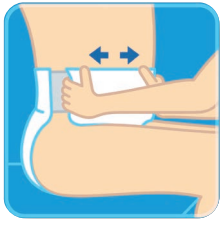
3. Istuvalle



Laita vyö potilaan ympäri suoliluun päältä ja kiinnitä se paikoilleen tarrakiinnityksellä.

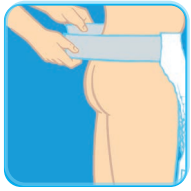


Nosta potilas seisomaan ja sujauta suoja jalkojen välistä. Varmista, että siihen tulee kouru. Laita potilas istumaan.



Vedä suoja ylös. Kiinnitä se tiiviisti tarrakiinnityksellä vyöhön.

4. Takaapäin



Seiso potilaan takana ja laita vyö potilaan vyötäisille. Kiinnitä vyö tarralla. Muista venyttää vyön joustoresoria hieman, jotta saat vyön istumaan napakasti ja se ei pääse liikkumaan vyötäröllä.



Vedä suoja jalkojen välistä potilaan takapuolelle. Varmista, että siihen tulee kouru.



Levitä suoja auki ja kiinnitä se tarrojen avulla tiiviisti vyöhön.



Muotoile suoja sopivan korkuiseksi venyttämällä sitä kevyesti ylöspäin. Varmista vielä tarrojen kiinnitys kevyesti painelemalla. Tarkista, että suoja istuu hyvin, ja että se tuntuu mukavalta. Jos suoja vaikuttaa löysältä, säädä se napakammin istuvaksi.



Niksejä TENA Flex Vyösuojan käyttöön:

Niksi 1

Kun otat TENA Flex Vyösuojan pakkauksesta, avaa se, vedä päällekkäin laskostettu vyö auki, ensin vasen, sitten oikea puoli. Avaa sen jälkeen suojan etupuoli laskoksistaan.

Niksi 2

- Avaa TENA Flex Vyösuoja vetämällä, ei ravistamalla (kuten esim. mattoa).
- Tarkista että reunavuotosuojat ovat auki.
- Laita läpän tarrat yhteen ennen pukemista, tarrat eivät silloin tartu vaatteisiin.

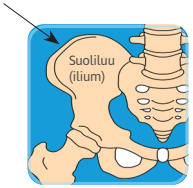
Niksi 3

Suosikki!

Pukiessasi muista ns. ”kämmennäyttö”: Vyö saa mennä päällekkäin enintään kämmenen leveyden verran. Jos päällekkäin menevä osuus on suurempi, on suojakin liian suuri -> vaihda pienempään kokoon!

Niksi 4

Huomioithan, että vyön keskimääräinen korkeus on suoliluun päällä.



Niksi 5

Jos henkilön jalat ovat tiukasti yhdessä, paina läpän tarrat yhteen ja pujota suoja tiukkojen jalkojen välistä. ”Hinuttamalla” suojaa hiljalleen ylöspäin saat suojan hyvin paikoilleen. Sopii myös vuoteessa sikiöasennossa makaavalle henkilölle.

Niksi 6

Hoitajat voivat opastaa miehiä käyttämään TENA Flex Vyösuojaa sepaluksellisten housujen tapaan: suojan voi avata edestä WC-käynneillä.

Niksi 7

Kun potilas istuu vessassa tai portatiivilla, voi TENA Flex Vyösuojan pukemisen aloittaa kietaisemalla sen vyötäisille kuin esiliinan. Kun potilas sitten nousee hieman, saa suojan sujautettua potilaan jalkojen välistä toiselle puolelle.

Niksi 8

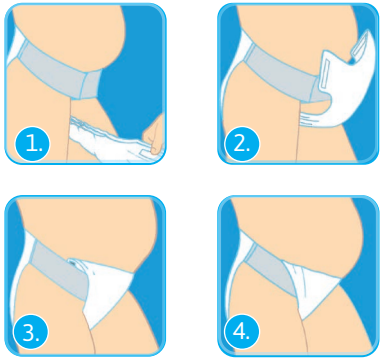
Jos potilas pyrkii itse availemaan käyttämäänsä suojaa, hänelle kannattaa suojan päälle pukea TENA Fix Cotton Special Puuvillahousut – ne ovat helpommat pukea kuin hankalat potku-pukuhaalarit.

Niksi 9

Jos potilas pystyy seisomaan/istumaan ja nukkuu selällään tai kyljellään, kannattaa TENA Flex Vyösuoja pukea illalla niin, että tarrat/läppä tulevat taakse. Tällöin yöhoitajan on helppo avata suoja repäisemällä se auki vyön liitoskohdasta, joka on nyt etupuolella. Vuodepotilaalle suoja kannattaa pukea aina perinteisellä tavalla, ts. läppä ja tarrat eteen.

Niksi 10 Suosikki!

Puettaessa TENA Flex Vyösuojaa isovatsaiselle henkilölle, vyö kannattaa kiinnittää tiiviisti lantiolle vatsan alapuolelle, läppä eteen. Kun läpän tarrat kiinnitetään vyön nurjalle puolelle, suoja ei roiku, vaan pysyy hyvin paikoillaan.



1. Aloita suojan pukeminen kiinnittämällä vyö vatsan alle.

2.-3. Taita suojan etuosa vyön yli siten, että tarrat tulevat kiinni nurjalle puolelle.

4. Varmista että tarrat eivät näy vyön alta.

Niksi 11

Henkilön WC-käyntien ajaksi voi kuivan TENA Flex Vyösuojan rullata ylös tai kiinnittää tarroilla vyöhön, jotta se pysyisi puhtaana ja sen voisi käyttää vielä uudelleen.

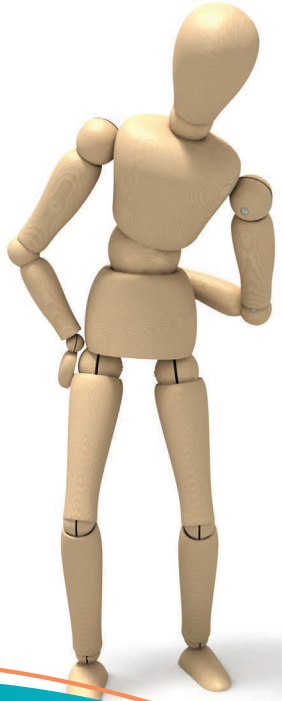
Niksi 12

Valitsemalla inkontinenssisuojiksi inkohousut tai vyösuojat voidaan suojanvaihtoa tutkitusti[1] helpottaa ja **säästää hoitajien selkään kohdistuvaa kuormitusta jopa 9 viikon edestä** ja samalla **vähentää hoitajien suojanvaihtoihin käyttämää aikaa jopa 13 viikkoa vuodessa[2].**

1. Rice, S.K. et al, Rationale and Design of a Novel Method to Assess to Usability of Body-Worn Absorbent Incontinence Care Products by Caregivers, Journal of Wound Ostomy & Continence Nursing 2018;45(5):456–464
2. Esimerkkitapaus: 50 hoidettavaa asiakasta, jotka käyttävät kolme tuotetta/vrk vuoden jokaisena päivänä

TENA Flex Vyösuojat:

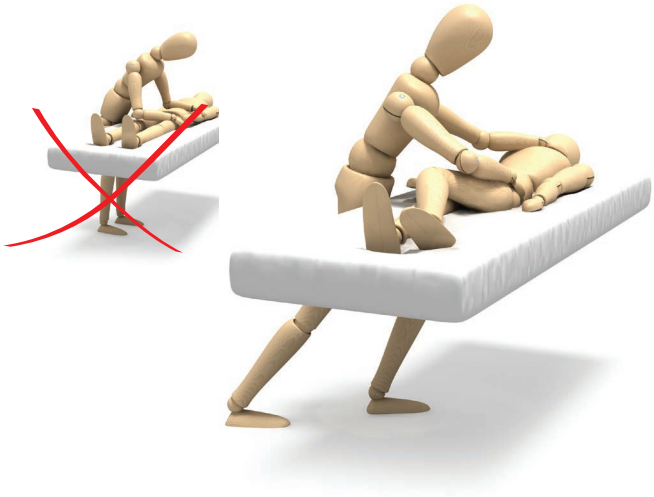
Tuote/Värikoodi	Koot	Lantion ympärys	Imukyky
TENA Flex Normal	M L	71–102 cm 83–120 cm	
TENA Flex Plus	S M L XL	61–87 cm 71–102 cm 83–120 cm 105–153 cm	
TENA Flex Super	S M L XL	61–87 cm 71–102 cm 83–120 cm 105–153 cm	
TENA Flex Maxi	S M L XL	61–87 cm 71–102 cm 83–120 cm 105–153 cm	
TENA Flex Ultima	S M L XL	61–87 cm 71–102 cm 83–120 cm 105–153 cm	



SÄÄSTÄ SELKÄÄSI

suojan vaihdon aikana

www.tena.fi

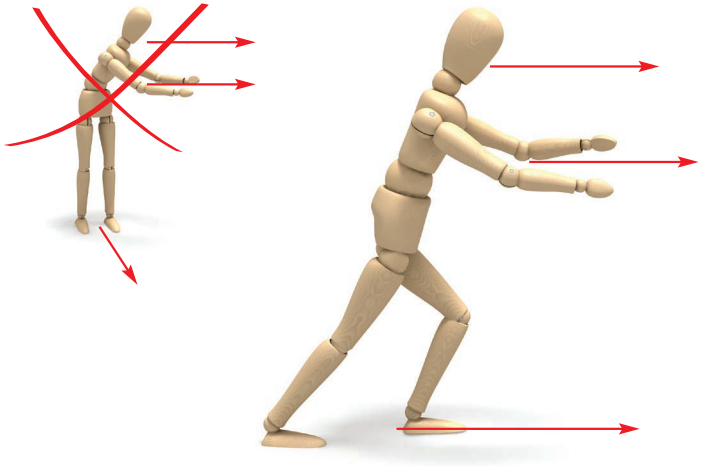


Toinen jalka edessä

Saat paremman tasapainon, kun varmistat, että saman puolen jalka ja käsivarsi ovat edessä.

”Kävelyasennossa” seisten – ei siis jalat vierekkäin levällään – kuormitat vähemmän alaselkääsi, kun kumarrut eteenpäin.

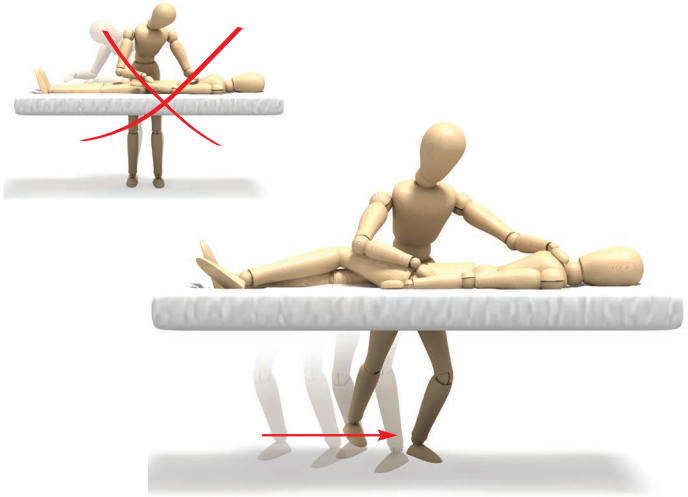
Nyrkkisääntö on seistä suoraan hoidettavaan henkilöön päin kääntyneenä. Näin olet oikeassa asennossa ja samalla säilytät katsekontaktin hoidettavaan.



Käänny aina työskentelysuuntaan

Älä kierrä ylävartaloasi, vaan siirrä myös jalkojasi ja yritä pitää kehosi kääntyneenä kokonaan työskentelysuuntaan, jolloin suojan vaihto on helpompaa.

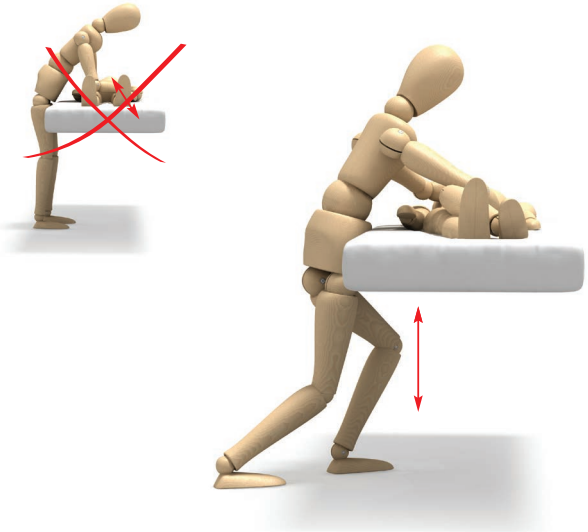
Yritä pitää kasvosi, kehosi, käsivartesi ja jalkasi samansuuntaisina työskennellessäsi, jotta vähennät rasittavia selän kiertoliikkeitä.



Siirrä jalkojasi päästäksesi lähemmäksi

Vältä kurkottelua suojan vaihdon aikana. Siirry sen sijaan mahdollisimman lähelle sänkyä.

Selkäsi kuormittuu tarpeettoman paljon, jos seisot paikoillasi koko ajan. Mitä lähemmäs pääset hoidettavaa henkilöä, sitä enemmän säästät selkääsi.



Nosta jaloilla, älä selällä ja käsillä

Muista taivuttaa polviasi ja käyttää jalkojasi apuna nostaessasi, sen sijaan että seisot kumarassa ja käytät nostamiseen ainoastaan käsivarsiasi.

Kun seisot ”kävelyasennossa”, säilytät paremmin tasapainosi. Tällöin sinun tarvitsee käyttää vähemmän voimaa ja vältät samalla rasittavia selän taivutusliikkeitä.