

Návody na používanie pomôcok

Malá, bezpečná a pohodlná plienka

Cieľom savých pomôcok pre inkontinentných je zabezpečiť, aby inkontinentná osoba ostala suchá pomocou čo možno najmenších plienok. Menšia plienka je pohodlnejšia pre užívateľa a je aj lacnejšia (čo znamená pri preskripcii viac kusov každý mesiac).

Abena disponuje širokým sortimentom pomôcok, ktoré umožňujú každému individuálny výber správnej pomôcky. Pri vývoji pomôcok vždy dbáme na bezpečnosť, pohodlie a kvalitu života. Sortiment pozostáva z rôznych produktových rád ako napríklad vkladacie plienky Abri San, plienkové nohavičky Abri Form, navliekacie plienkové nohavičky Abri Flex a mnohé ďalšie. Pomôcky sú dostupné v rôznych veľkostiach a sacích alternatívach tak, aby pokryli všetky individuálne požiadavky používateľov.

Všeobecné pravidlá pri používaní plienok

- plienku pozdĺžne prehneme a tak vytvoríme korýtko
- nedotýkame sa vnútra plienky
- plienka musí tesne priliehať k rozkroku a stehnám užívateľa
- zadná fólia plienky musí vždy smerovať smerom od tela
- plienku vždy nasadzujeme smerom spredu dozadu – a použitú vždy vyberáme zozadu

Frekvencia výmeny

- plienka by sa mala meniť, keď je to potrebné
- za 24 hodín by sa mali vymeniť minimálne 3 plienky
- plienku je možné ponechať až na 8 hodín počas noci, aby sa neprerušoval spánok
- indikátor vlhkosti ukazuje, aká veľká časť kapacity je použitá a kedy treba plienku vymeniť. Ak nie je pri výmene vyčerpaná celá sacia kapacita, je vhodné vybrať plienku s menšou savosťou (*viac info o indikátore vlhkosti so stupnicou na www.abena.sk*)



Taká malá ako je to možné, taká veľká ako je to nevyhnutné

Abri San pozícia: samostatne



1. Čiastočne si natiahnite fixačné nohavičky. Plienku pozdĺžne prehneme tak, aby sme mali zadnú fóliu z vonkajšej strany. Nedotýkajte sa vnútra plienky.

2. Vložte zloženú plienku medzi stehná smerom odpredu dozadu. Plienka musí pevne sedieť v rozkroku. Plastové časti zadnej fólie sa nesmú dotýkať pokožky.



3. Vytiahnite prednú časť plienky tak, aby ste medzi stehnami vytvorili korýtko. Vyhľadzte okraje plienky.

4. Vytiahnite zadnú časť plienky a natiahnite si na ňu zadnú stranu fixačných nohavičiek.



5. Natiahnite si prednú stranu fixačných nohavičiek a upevnite plienku tak, aby okraj fixačných nohavičiek prekrýval okraje zadnej fólie plienky.

6. Finálne prispôbte plienku aj fixačné nohavičky.



Abri San pozícia: s pomocou v stoji

1. Čiastočne natiahneme fixačné nohavičky. Plienku pozdĺžne prehne tak, aby sme mali zadnú fóliu z vonkajšej strany. Nedotýkame sa vnútra plienky.



2. Užívateľ sa pridrža pevnej podpery. Vložíme zloženú plienku medzi stehná smerom odpredu dozadu. Plienka musí pevne sedieť v rozkroku. Plastové časti zadnej fólie sa nesmú dotýkať pokožky.



3. Roztiahneme zadnú časť plienky tak, aby sme medzi stehnami vytvorili korýtko.



4. Roztiahneme prednú časť plienky.



5. Natiahneme fixačné nohavičky. Upevníme plienku tak, aby okraj fixačných nohavičiek prekryval okraje zadnej fólie plienky.



6. Finálne upravíme plienku aj nohavičky tak, aby boli prekryté okraje plienky okrajmi fixačných nohavičiek a aby plienka pevne sedela v rozkroku.

Abri San pozícia: s pomocou v ľahu



1. Plienku pozdĺžne prehneme tak, aby sme mali zadnú fóliu z vonkajšej strany. Nedotýkame sa vnútra plienky.

2. Plienku pretiahneme medzi stehnami smerom odpredu dozadu tak, aby sme vytvorili medzi stehnami z prehnutej plienky korýtko. *Pre uľahčenie tohto procesu je možné vložiť medzi kolena užívateľa uterák.*



3. Vytiahneme zadnú časť plienky tak, aby bol vrchný koniec plienky približne na úrovni pásu užívateľa. *(presné umiestnenie závisí od veľkosti plienky)*

4. Natiahneme zadnú stranu fixačných nohavičiek.



5. V pozícii užívateľa na chrbte roztiahneme prednú časť plienky. Plienka musí tesne priliehať k telu a medzi stehnami užívateľa vytvoriť korýtko. Plastové časti fólie sa nesmú dotýkať pokožky.

6. Finálne upravíme fixačné nohavičky aj plienku tak, aby boli prekryté okraje plienky okrajmi fixačných nohavičiek.



Abri Form pozícia: samostatne

1. Plienku pozdĺžne prehneme tak, aby sme mali zadnú fóliu z vonkajšej strany. Nedotýkajte sa vnútra plienky. *(bez obrázku)*

2. Plienku pretiahnite medzi stehnami smerom spredu dozadu tak, aby sme vytvorili medzi stehnami z prehnutej plienky korýtko. >>



<< **3.** Horizontálne si rozťahnite prednú časť plienkových nohavičiek.

4. Horizontálne si rozťahnite zadnú časť nohavičiek. Uistite sa, že plienka pevne sedí v rozkroku a že sa plastové časti fólie nedotýkajú pokožky. >>



<< **5.** Najprv prilepíme spodné lepiťka na oboch stranách. Je vhodné nasmerovať lepiťka jemne dohora - zlepší to tvarovanie plienky okolo nôh.

6. Vyhľadte záhyby na krajoch prednej časti plienky (vyhľadte prednú fóliu tak aby rovnomerne priliehala k telu a neboli na nej zbytočné záhyby, ktoré by sa v ľahu na boku mohli nepríjemne pritlačiť k pokožke). >>



<< **7.** Prilepte vrchné lepiťka na oboch stranách. Lepiťka nasmerujeme jemne nadol.

8. Finálne upravte plienku, dobre napnite okraje a uistite sa že plienka dobre sedí v rozkroku. >>



Abri Form pozícia: s pomocou v stojí

1. Plienku pozdĺžne prehneme tak, aby sme mali zadnú fóliu z vonkajšej strany. Nedotýkame sa vnútra plienky. *(bez obrázku)*



<< **2.** Plienku pretiahneme medzi stehnami smerom spredu dozadu tak, aby vrchná časť plienky bola na úrovni pásu užívateľa.



3. Obsluhujúca osoba stojí odzadu k užívateľovi a bokmi pridrža zadnú časť plienky. Natiahneme prednú časť plienky a dbáme na to, aby sme medzi stehnami z plienky vytvorili korýtko. >>



<< **4.** Prilepíme spodné lepítka na oboch stranách. Je vhodné nasmerovať lepítka jemne dohora - zlepší to tvarovanie plienky okolo nôh. Dbáme na to, aby plienka pevne sedela v rozkroku a zároveň bola pre užívateľa pohodlne nasadená.



5. Vyhľadíme záhyby na krajoch prednej časti plienky (vyhľadíme prednú fóliu tak aby rovnomerne priliehala k telu a neboli na nej zbytočné záhyby, ktoré by sa v ľahu na boku mohli nepríjemne pritlačiť k pokožke). >>



<< **6.** Prilepíme vrchné lepítka na oboch stranách. Lepítka smerujeme jemne nadol.



7. Finálne upravíme plienku, dobre napneme okraje a uistíme sa že plienka dobre sedí v rozkroku. Uistíme sa, že plastové časti fólie sa nedotýkajú pokožky. >>

Abri Form pozícia: s pomocou v ľahu



<< **1.** Plienku pozdĺžne prehneme tak, aby sme mali zadnú fóliu z vonkajšej strany. Nedotýkame sa vnútra plienky.

2. Plienku pretiahneme medzi stehnami smerom odpredu dozadu tak, aby sme vytvorili medzi stehnami z prehnutej plienky korýtko. *Pre uľahčenie tohto procesu je možné vložiť medzi kolena užívateľa uterák.* >>



<< **3.** Roztiahneme zadnú časť plienky.

4. V pozícii užívateľa na chrbte rozťahujeme prednú časť plienky. Plienka musí tesne priliehať k telu a medzi stehnami užívateľa vytvoriť korýtko. Plastové časti fólie sa nesmú dotýkať pokožky. >>



<< **5.** Prilepíme spodné lepítka na oboch stranách. Je vhodné nasmerovať lepítka jemne dohora - zlepší to tvarovanie plienky okolo nôh.

6. Vyhľadíme záhyby na krajoch prednej časti plienky (vyhľadíme prednú fóliu tak aby rovnomerne priliehala k telu a neboli na nej zbytočné záhyby, ktoré by sa v ľahu na boku mohli nepríjemne pritlačiť k pokožke). >>



<< **7.** Prilepíme vrchné lepítka na oboch stranách. Lepítka smerujeme jemne nadol.

8. Finálne upravíme plienku, dobre napneme okraje a uistíme sa že plienka dobre sedí v rozkroku. Uistíme sa, že plastové časti fólie sa nedotýkajú pokožky. >>



Abri Flex pozícia: samostatne



1. Natiahnite si nohavičky rovnako ako bežnú spodnú bielizeň. Plienku zvonka mierne pozdĺžne prehnite tak, aby ste medzi stehnami vytvorili korýtko. Nedotýkajte sa vnútra plienky. Uistite sa, že plienka pevne sedí v rozkroku a že sa plastové časti fólie nedotýkajú pokožky.



2. Po použití – pri výmene plienky stačí roztrhnúť bočné švy.



- << 3. Po roztrhnutí oboch bokov stačí plienku vybrať, zrolovať a vyhodiť



rozdiely sú v detailoch

Výhradné zastúpenie dánskej firmy ABENA A/S pre SR:

UNTRACO SR, 851 01 Bratislava 0908 74 98 96 untraco@abena.sk www.abena.sk