

Enkel hygiejnerutine

1 Vælg det rigtige produkt:

TENA Wet Wash Gloves er forfugtede, og du behøver ikke at skylle efter vask.

2 Vælg den rigtige temperatur:

Vores Wash Gloves kan opvarmes i mikroovnen afhængigt af, hvad din pårørende foretrækker. Sørg for, at du læser opvarmningsanvisningen på produktet.

3 Vask ansigtet og overkroppen

- Start med ansigtet og halsen.
- Du bør altid undgå øjnene og det følsomme område omkring øjnene.
- Vask hele højre side af overkroppen. Vask derefter hele venstre side med den anden side af handsken.
- TIP: Vær særligt opmærksom på hudfolder.

4 Vask underkroppen

- Vask højre side af underkroppen.
- Vask derefter venstre side af underkroppen med den anden side af handsken.
- Start altid med lårene, og arbejd dig ned til fødderne.

5 Vask ryggen og kønsområdet

- Hjælp din pårørende med at blive vendt om på siden. Så er det let at vaske ryggen.
- Når du vasker kønsområdet, skal du først vaske fortil. Vask altid forfra og bagud.
- Afslut omkring endetarmen.
- TIP: Det er vigtigt at tørre hudfolderne efter kropsvask.

Andre hjælpsomme tip:

- Hold huden ren og tør, især når der skiftes brugte inkontinensprodukter. Vask mellem benene mindst to gange dagligt med varmt vand og et mildt, sæbefrit rensmiddel som TENA vaskecreme og vaskegel.
- Overdreven brug af vand kan udtørre huden. Prøv at kombinere traditionel vask med løsninger, der ikke behøver vand for at mindske risikoen. For eksempel er TENA 3-i-1 produkter specielt designet til at vaske, gendanne og beskytte selv den mest følsomme hud uden at bruge vand.
- Plej din pårørendes hud med cremer eller olier på tørre pletter eller over hele kroppen.
- I stedet for at vaske din pårørendes sarte hud med en traditionel svamp eller vaskeklud – som begge er for grove mod følsom hud – kan du bruge bløde servietter og vaskehandsker som dem i TENA sortimentet. Det ekstrabløde materiale gør dem perfekt til ældres hudpleje.
- Undlad at bruge produkter med alkohol eller desinficerende midler direkte på din pårørendes hud. Det kan udtørre huden for meget og gøre den øm, nedbryde huden og give allergisk udslæt.
- Vask eller opfrisk din pårørende med vådservietter som f.eks. TENA Vådserviet. De er forfugtede til at vaske, gendanne og beskytte i et enkelt trin uden brug af vand. Du kan bruge dem til hyppig, intim hudpleje og til vask af hele kroppen.
- Og sidst, men ikke mindst: Du har måske hørt, at det er godt at bruge babyprodukter til al følsom hud. Men det er faktisk bedre at bruge produkter, der er specifikt formuleret til ældre hud, som har helt andre behov end et spædbarns hud. Du kan læse mere om disse specialformulerede produkter ved at besøge vores TENA hjemmeside om hudpleje.