



İÜ
ONKOLOJİ ENSTİTÜSÜ
UYKU BİÇİMİNDE BOZULMA HEMŞİRELİK BAKIM PLANI

Hasta Adı Soyadı :

BARKOD

HEMŞİRELİK TANISI: Uyku biçiminde bozulma

Servis- Ünite :

TANIM: Dinlenme düzeninin nitelik ve niceliğinde, rahatsızlığa yol açan değişim

NEDEN	HEMŞİRELİK GİRİŞİMLERİ	HEDEF	UYGULAMA NUMARASI	ULAŞILDI	KISMEN ULAŞILDI	DEVAM EDİYOR	TARİH	SAAT	İSİM SOYİSİM
1. Bireysel (anksiyete, stres, korku, ağrı, bulantı ve diğer gastrointestinal bozukluklar, depresyon, yas, solunum güçlükleri, protein ve yağdan ağır beslenme, geç saatte egzersiz, maladaptif uyku alışkanlıkları, uykuya ilişkin yıkıcı inanç ve tutumlar). 2. Çevresel (gürültü, hastanede olma, bilinmeyen ortam). 3. Fiziksel (akut hastalık ve etkileri). 4. Tedavi ile ilgili nedenler (tanı testleri ve işlemlerine hazırlık). 5. İlaçların yan etkileri (santral sinir sistemi uyarıcıları, kemoterapötik ajanlar, antikonvulsanlar).	1. Uyku düzeninde bozulmaya yol açan faktörler tanımlanır. 2. Uyku düzeninde bozulmayı azaltmaya yönelik çevre uyarlamaları yapılır. Ses mümkün olduğunca azaltılır, ışık kapatılır, oda ısı ayarlanır, hasta bakımına yönelik işlemlerden uykuyu bölenler mümkün olduğunca azaltılır. 3. Uykuya dalmada yardımcı uygulamaları öğrenilir ve uygulamaların gerçekleştirilmesi desteklenir. 4. Hastanın cildi temiz ve kuru tutulur. 5. Hastanın yatağı, yastığı ve çarşafı temiz, kuru ve düzgün olarak düzenlenir. 6. Eliminasyona yönelik sık sık uyanmaması için sıvı alımı kısıtlanır. 7. Uykudan önce mesane ve bağırsak boşaltımı için yönlendirilir. 8. Kafein veya diğer uyarıcıları alması engellenir. 9. Hasta rahat ve yumuşak giysiler giymeye cesaretlendirilir. 10. Yatmadan en az 2 saat öncesinden aktivite ve egzersizler kısıtlanır. 11. Hasta düzenli yatma ve uyanma saatleri geliştirmesi için cesaretlendirilir. 12. Hastaya stresle baş etme yöntemleri öğretilir. 13. Yatmadan 30-60 dakika öncesinde hekimin belirlediği dozlarda benzodiazepinler(diazepam (Valium)/ 5-10 mg; temazepam (Restoril)/ 15-30 mg; triazolam (Halcion)/ 0.125-0.5 mg; clonazepam (Klonopin)/0.5-2.0 mg) verilir.	Hastanın uyumasının sağlanması		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	.../.../20...		
				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	.../.../20...		
				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	.../.../20...		
				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	.../.../20...		
				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	.../.../20...		
				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	.../.../20...		
				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	.../.../20...		
				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	.../.../20...		
				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	.../.../20...		
				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	.../.../20...		
				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	.../.../20...		
				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	.../.../20...		
				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	.../.../20...		
				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	.../.../20...		
				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	.../.../20...		