# Jak przystosować łazienkę dla chorego w domu?

**Autor**
Honorata Zentkowska
Kierownik Hospicjum Domowego

2 minuty czytania

Łazienka w miejscu zamieszkania osoby chorej i niepełnosprawnej wymaga zazwyczaj specjalnego przystosowania do ograniczeń chorego.

**Odpowiednie przystosowanie łazienki** pozwala na zachowanie zasad bezpieczeństwa i wygodę korzystania przez chorego z sanitariatów. Możliwość nawet niewielkiej samodzielności w trakcie wykonywania intymnych czynności higienicznych poprawia kondycję psychiczną chorego.

Zobacz, jak przystosować łazienkę do potrzeb osoby z ograniczoną sprawnością.

## Pamiętaj:

- Zmianę wyposażenia lub ewentualny remont łazienki należy szczegółowo przemyśleć i zaplanować pod kątem dysfunkcji chorego oraz zapewnienia bezpieczeństwa choremu i opiekunowi.
- Zmiany warto zaprojektować wraz z samym chorym oraz domownikami, korzystając z porady fachowców.
- Chory z orzeczeniem o stopniu niepełnosprawności może ubiegać się o dofinansowanie do likwidacji barier architektonicznych ze środków PFRON, których dysponentem są Powiatowe Centra Pomocy Rodzinie.

## Najważniejsze elementy w łazience chorego:

- W przypadku niewielkiej łazienki rozważ połączenie jej z toaletą lub powiększenie jej kosztem innego pomieszczenia.
- Chory w przemieszczaniu się do łazienki może korzystać z wózka inwalidzkiego lub wózka toaletowego. Zobacz, jak bezpiecznie przenieść chorego z łóżka na wózek.
- Wejście do łazienki nie powinno mieć progów, drzwi do łazienki powinny mieć minimum 90 cm szerokości i otwierać się na zewnątrz.
- Podłoga w łazience powinna być wyposażona w materiały antypoślizgowe.
- Na drodze do łazienki nie powinno być żadnych chodników ani dywanów. Dobrym rozwiązaniem są lampki do kontaktu lub z czujnikiem ruchu, oświetlające drogę do łazienki.

- Umywalkę zamontuj na wysokości umożliwiającej swobodne podjechanie pod nią wózkiem toaletowym. Pamiętaj, aby zmierzyć odpowiednią wysokość, kiedy chory siedzi na wózku.
- W umywalce zamontuj baterię jednouchwytową lub wyposażoną w czujnik ruchu.
- Zamontuj pochyłe lustro, aby chory mógł ustawiać je pod dowolnym kątem.
- Jeśli w łazience jest wanna, umieść w niej matę antypoślizgową, deskę kąpielową lub podwieszane siedzisko. Przy wejściu do wanny zamontuj schodki i poręcze.
- Jeśli w łazience jest prysznic, wstaw do kabiny taboret, krzesło lub zamontuj na stałe siedzisko prysznicowe. Zamontuj uchwyty łazienkowe.
- Dostosuj wysokość sedesu do wysokości wózka. Zaopatrz się w akcesoria pomagające choremu w toalecie, np. nakładka podwyższająca na sedes, podnóżek, uchwyty i poręcze.

Materiały zamieszczone w serwisie bliskochorego.pl są opracowane przez ekspertów z dziedziny opieki paliatywnej, zgodnie z ich najlepszą wiedzą i doświadczeniem. Materiały te nie stanowią porady lekarskiej i psychologicznej, mają wyłącznie charakter informacyjny i nie mogą zastąpić bezpośredniej konsultacji ze specjalistą. W razie konieczności uzyskania pomocy medycznej należy zgłosić się do właściwego specjalisty.