

## HUISWERK

Inleveren uiterlijk 26-11-17

### Praktijkoefening 3. Oefenen met kamille toepassingen



Maak je praktijkopdracht met de toepassing kamille olie buikkompres óf kamille toiletspoeling. Ga eerst oefenen. Als je denkt dat je het goed kunt ga je de opdrachten doen.

Je naam: ....

#### 1. Je voorbereiding.

**Beschrijf de jij observaties die jou doen besluiten de kamille toepassing in te zetten.**

**Beschrijf wat je ervan verwacht.**

Ik zie een kraamvrouw bevallen van haar 3e kindje, flinke naweeën, veel hechtingen en aambeien.

Ik verwacht verlichting door kamille buikkompres dat de naweeën minder worden en de kamille spoeling verzachtend en ontsmettende werkt voor de hechtingen en slinken van de aambeien door de bevroren theezakjes. **Prima**

#### 2. De uitvoering

**Hoe bereid je je voor?** Als eerste zet ik kamille thee deze moet namelijk 10 min. Trekken **hoeveel kamille op hoeveel water?** daarna maak ik een kruik hierna maak ik een kamille

kompres(katoenen doekje met kamille olie druppels **paar druppels of..?**) en leg deze op de **hoe warm?** kruik zodat deze lekker warm wordt. De kruik ligt al lekker in het kraambed. Daarna zet ik een flesje water en een litermaat klaar als de thee 10 minuten getrokken is zeef ik de bloemetjes eruit en giet de thee in een thermoskan. De thee, flesje water en litermaat zet ik klaar in de badkamer daarna ga samen met de kraamvrouw richting toilet voor de eerste kamille spoeling. Ik neem 1/3 kamillethee en vul het met 2/3 water uit het flesje in de litermaat ik laat de kraamvrouw zelf even voelen of ze het niet te warm vindt. De kraamvrouw gaat iets achterovergeleund zitten op het toilet en ik(of zij) schenkt langzaam de kamillethee tijdens het plassen. droogdeppen en terug na bed. **Fijn!** De kraamvrouw gaat liggen in bed met een wollen das als buik wikkel, ik pak de kamille kompres ik probeer zo min mogelijk afkoeling van het kompres te voorkomen **Check je de temperatuur?** Ik leg de kompres onder de navel met het wolvlies erop en sluit zorgvuldig de wikkel. Ik let er op dat er geen tocht plekje zijn en dat de wikkel goed sluit.

Daarna haar warm onder stoppen hier let ik vooral op de schouders dat deze lekker warm liggen onder de dekens en dat bij haar gezicht een punt open is. De kruik leg ik bij haar voeten ( heeft ze warme voeten laat ik deze achter wegen )Ik laat haar fijn hier een tijd mee liggen tot dat ze weer wakker is .Dit blijf ik herhalen zolang ze naweeën heeft. **Heel erg goed!** De kamille theezakjes laat ik vol lopen **druppelen** met heet water neemt beter op deze leg ik op een plastic deksel in de diepvries. Ik geef op elk heel uur een nieuw bevroren zakje aan de kraamvrouw, hier ga ik net zolang mee door totdat ze de kou echt goed voelt( dit is vaak een goede reactie van de kraamvrouw dat het niet meer nodig is) en ik waarneem dat de aambeien slinken. **Hoe lang was dat? Prachtig.**

#### 3. Wat bespreek je met de ouders?

Ik bespreek met de ouders dat kamille doorwarmt en bevordert de ontspanning. Kamille is verzachtend en ontsmettend bij hechtingen daarom spoelen we hiermee. Kamille theezakjes in gevroren ter verkoeling van brandende zwelling. **Mooie uitleg.**

Waar doe je? Beschrijf je handelingen zo concreet en objectief mogelijk.(zie uitvoering)

Met welke materialen? katoen lapje van 12x20 dubbel en wolvlies 15x20, kamille olie, buik wikkel het liefst van wol met katoen maar in dit gezin niet voor handen dus een wollen das gebruikt,

**Met opmerkingen [MB1]:** Zou ik laten zitten, niet zo heel erg belangrijk.

**Met opmerkingen [MB2]:** Idem, beter te weinig dan teveel. Evelien weet het wel.

kamille thee zakje en kamille thee bloemetjes , thermoskan , flesje water litermaat , zeef, kruik. Ik heb inmiddels zelf een wol wikkel gemaakt van een wollen deken. **Wat een mooie toewijding!**

4. **Resultaat.**

**Beschrijf welke waarnemingen je daarna doet.** (blijf bij de feiten, geen oordelen)

**Bij het kind:** Tevreden moeder, bij het kind geen kamille toe gepast.

**Bij de moeder:** tevreden kraamvrouw , minder buikpijn , weinig last van de hechtingen bij het plassen en aambeien slinken.

**Ten aanzien van het probleem waar je mee begon** De kraamvrouw geniet volop van haar kindje en kan voeden zonder veel buik pijn en het plassen gaat ook goed ze kan zelfs al goed zitten. **Wat een geweldig resultaat!**

5. **Reflectie**

**Waar was je tevreden over van jezelf?** Ik was tevreden dat ik gelijk kamille kon toepassen in dit gezin veelvuldig zowel de buik wikkel en de kamille spoeling en niet te vergeten de bevroren theezakjes met resultaat binnen een aantal dagen. **Op je handelen: Je bedoelt misschien je handigheid? Of was je tevreden dat je zelf spulletjes bij je had?** Waarover was je ontevreden over van jezelf? Ontevreden ben ik niet.

**Wat heeft het jou opgeleverd?**

Ik ben erg blij dat je met zo'n klein simpel bloemetje zoveel goeds kan doen. Het geeft veel voldoening en fijn dit te kunnen toepassen. De kamille pluk ik altijd langs de weg maar nu ik de helende kracht ervan ken ben ik ze nog meer gaan waarderen ze staan nu midden in November nog gewoon hier in bloei langs de weg. Ook daar geniet ik elke dag van. **Bijzonder, hoor.**

Voor akkoord docenten: **15-11-17**

**Wat heb jij veel in kunnen zetten bij deze kraamvrouw, zeg!! Geweldig! Ook goed en duidelijk beschreven en je enthousiasme ontroert me.**

| Beoordelingscriteria Praktijkopdracht  |  |  |
|--|--|--|
| 5. Heb je op tijd ingeleverd?  |  |  |
| 6. Schrijf je in de ik-vorm?   |  |  |
| 7. Is je ordening goed?, Geef je antwoord op de vragen op de goede plek?                               |  |  |
| 8. Heb je alle vragen beantwoord?  |  |  |
| 9. Toon je persoonlijke reflectie t.a.v. jouw vaardigheid?   |  |  |
| 10. Toon je aan in staat te zijn de vaardigheid uit te voeren zoals je het geleerd hebt (richtlijnen)? |  |  |
| Praktijkopdrachten 3 t/m 6 zijn voldoende indien 5 van de 6 zijn voldaan.                              |  |  |