

Бектилди:
КР ССМнын 2020-жылдын
«_____» _____
№ _____ буйругу менен

СТАНДАРТТЫК ОПЕРАЦИЯЛЫК ПРОЦЕДУРА БЕЙТАПТЫН ТУАЛЕТИ

Бейтаптын туалети стандарттык операциялык процедура (мындан ары - СОП) - эл аралык сунуштамалардын жана жергиликтүү ченемдик-методикалык документтердин негизинде иштелип чыккан.

БАГЫТЫ:

СОП медициналык кызмат көрсөтүүлөрдүн сапатын камсыздоо системасынын ажырагыс бөлүгү болуп саналат жана бардык адистердин иш-аракеттерин стандартташтырууга, ошондой эле ишти аткаруу учурунда кетирилген каталар менен байланыштуу тобокелдиктерди азайтууга багытталган.

АТКАРУУ БОЮНЧА ТАЛАПТАР

Аракеттенүү мезгилинде СОПту аткаруу милдеттүү болуп саналат, аны аткаруудан баш тартуунун жүйөөсү айтылып, документке түшүрүлүп, КР Саламаттык сактоо министрлиги менен макулдашуусу зарыл. Зарылчылыгына жараша СОП кайрадан каралып чыгып, КР ССМнын макулдугу боюнча өзгөртүлүүсү ыктымал.

Бейтапты жуундуруу

Жабдышы: чылапчын, мээлей же соргуч, сүлгү, жылуу суу.

Процедурага даярдоо:

1. Жылуу мамиле түзүп, процедуранын жүрүшү тууралуу түшүндүрө кетиңиз.
2. Жылуу суу куюлган чылапчынды керебеттин жанындагы стулга коюңуз.

Процедураны аткаруу:

3. Колдорду жуу.
4. Мээлейди же соргучту чылапчынды жылуу сууга салып алыңыз (болбосо, сүлгүнүн бир учун деле пайдаланууга болот).
5. Пациентти жуундуруңуз (ырааты менен – мээлей же соргучтун жардамы менен жүзүн, моюнун, колдорун).
6. Терини этияттап сүлгү менен кургатыңыз.

Процедуранын аякташы:

7. Колдорду жууп, кургактаңыз.
8. Манипуляциялардын аткарылгандыгы жөнүндө документтерге белги коюу.

Терини сүртүү

Абалы оор бейтаптын терисин күн сайын жок эле дегенде 2 жолу сүртүп туруу керек.

Колдонулуучу жабдуулар: кол кап, жылуу суу куюлган чылапчын, мээлей же кебез тампон, сүлгү.

Процедурага даярдык көрүү:

1. Бейтап менен жылуу мамиле түзүп, процедуранын жүрүшү тууралуу түшүндүрө кетиңиз.
2. Чылапчынга жылуу суу куюп керебеттин жанындагы стулга коюп коюңуздар.

Процедуранын аткарылышы:

3. Колду жууп, кол каптарды кийиңиз.
4. Мээлейди же кебез тампонду жылуу сууга салып суулап алыңыздар (сүлгүнүн бир четин пайдаланууга болот).
5. Бейтаптын көкүрөгү менен ичин ырааты менен сүртүп чыгыңыз.
6. Андан соң терини сүлгү менен нымдап алыңыз. Айрыкча, аялдардын сүт бездеринин алдындагы тери бүгүмдөрүн кургактап алыңыз (өзгөчө толук аялдардыкын), колтук алдыларын.
7. Бейтапты капталына оодарып, далысын сүртүп бериңиздер, ошол эле учурда жеңил-желпи түрдө укалап жиберүүгө да болот. Мындан соң кургактап алыңыз.

Процедуранын аякташы:

8. Бейтапты ыңгайлуу жаткырып, үстүнө одеял жаап коюңуз.
9. Кол мээлейди чечип, дезинфекциялап алган соң колду жууңуз.
10. Манипуляциялардын аткарылгандыгы тууралуу документке белги коюңуз.

Буттарды жуу

Абалы оор бейтапты буттарын жумасына 1 ирет жууп беришет.

Колдонулуучу жабдуулар: кол каптар, клеенка, жылуу суу куюлган чылапчын, сүлгү, самын, соргуч.

Процедурага даярдоо:

1. Бейтап менен жылуу мамиле түзүңүздөр, процедуранын жүрүшүн түшүндүрүп бериңиздер.
2. Керебеттин аягына клеенка төшөңүздөр.
3. Клеенканын үстүнө жылуу суу куюлган чылапчынды коюп алыңыздар.

Процедураны баштоо:

4. Колду жууп бүтүп, кол капты кийиңиздер.
5. Чылапчынга бейтаптын буттарын салыңыздар (мындан учурда буттары бир аз бүгүлүп тургудай болсун).
6. Губканын жардамы менен бейтаптын буттарын жуусуна жардам бериңиз.
7. Кир сууну төгүп, чылапчынга жылуу суу толтуруңуз.
8. Бейтаптын буттарын чайкап алыңыздар.
9. Сүлгү менен бейтаптын буттарын, айрыкча манжа араларын тыкыр сүртүп чыгыңыз.

Процедуранын аякташы:

10. Бутту жуу боюнча бардык буюм-тайымдарды жыйнап алып, дезинфекциялаңыз.
11. Кол мээлейди чечип, дезинфекциялап алган соң колду жууңуз.
12. Манипуляциялардын аткарылгандыгы тууралуу документке белги коюңуз.

Тырмак алуу

Абалы оор бейтаптардын буту-колундагы тырмактарын такай, бирок жумасына 1 жолудан кем эмес өлчөмдө алып туруу. Тырмактарды (колдордун) тегерек же түз (буттардын) кылып алуу зарыл.

Колдонулуучу жабдуулар: кайчы, искек, тырмак өгөө, сүлгү, клеенка, самын эритинди салынган чылапчын.

Процедурага даярдык көрүү:

1. Бейтап менен жылуу мамиле түзүп, процедуранын жүрүшү тууралуу түшүндүрө кетиниз.
2. Колунун же бутунун алдына (тырмакты кайсы жерде ала тургандыңызга жараша) клеенка төшөп коюңуз.

Процедуранын аткарылышы:

3. Клеёнканын үстүнө ысык самындуу аралашманы коюңуз.
4. Тырмактарды жумшартып алуу үчүн манжаларды 10-15 мүнөт ысык, самындуу аралашмага салыңыз.
5. Мындан соң сүлгүнү алып, кезек-кезеги менен манжаларды кургатып алыңыз да, тырмактарды талап кылынган узундукка чейин кыскартыңыз, бул үчүн кайчы же искекти пайдаланыңыз.
6. Өгөөнүн жардамы менен тырмактардын четин зарыл болгон формага келтириңиз (буттардыкы – түз, колдордуку - тегерек). Тырмактардын капталын терең өлчөмдө кесүүгө болбойт. Мунун өзү каптал эттердин жабыркашына алып келип, жаракаларды пайда кылып, терини чорго айланып жиберүүсү ыктымал.
7. Экинчи бутка дагы дал ушундай эле аракеттерди жасаңыздар.

Процедуранын аякташы:

8. Жабдууларды жыйнаштырган соң кайчыны дезинфекциялаңыз.
9. Колуңузду жууңуз.
10. Манипуляциялардын аткарылгандыгы тууралуу документке белги коюңуз.

Бейтапты коопсуз устара менен кырынтуу

Колдонулуучу жабдуулар: сакал алуучу станок, сакал алуу үчүн самындуу көбүк же крем, салфетка, суу куюлган идиш (лоток), сүлгү, кол кап, кырынуу үчүн кисточка.

Процедурага даярдык көрүү:

1. Бейтап менен жылуу мамиле түзүп, процедуранын жүрүшү тууралуу түшүндүрө кетиңиз.
2. Зарыл болгон жабдууларды даярдап алыңыз.
3. Бейтапты Фаулер абалына келтириңиз да, моюну менен көкүрөгүн жалаяк менен жаап коюңуз.

Процедуранын аткарылышы:

3. Колду жууп, кол кап кийиңиздер.
4. Салфетканы жылуу сууга малып, анан кайрадан сыгып алыңыз.
5. Салфетканы 5-7 мүнөт бейтаптын бетине жаба туруңуз.
7. Бейтаптын бетине самындуу көбүктү же кырынуу үчүн кремди сүйкөп, кырынуу үчүн кисточканын жардамы менен тегиз шыбап чыгыңыз.
8. Терини станоктун кыймылына каршы багытка тартып, бейтаптын жаагын этияттык менен кырып алыңыз.
9. Бейтаптын жаагын нымдуу салфетка менен сүртүңүз.
10. Бейтаптын бетин сүлгү менен кургатып алыңыз.

Процедуранын аякташы:

11. Кол каптарды чечип, дезинфекциялаңыз.
12. Колду жууңуз.
13. Манипуляциялардын аткарылгандыгы тууралуу документке белги коюңуз.

Бейтапты электр устара менен кырынтуу

Колдонулуучу жабдуулар: электр устара, салфетка, суу куюлган идиш (лоток), сүлгү, кол кап, лосьон.

Процедурага даярдык көрүү:

1. Бейтап менен жылуу мамиле түзүп, процедуранын жүрүшү тууралуу түшүндүрө кетиңиз.
2. Зарыл болгон жабдууларды даярдап алыңыз.

3. Бейтапты Фаулер абалына келтириңиз да, моюну менен көкүрөгүн жалаак менен жаап коюңуз.

4. Бейтапка бетин самындап жууп, сүлгү менен кургатуусун айтыңыз.

Процедуранын аткарылышы:

5. Жаакты кырынуу үчүн лосьон менен нымдоо.

6. Бир кол менен жаак терисин чоюп, экинчи колдогу электр устарасынын жардамы менен кырып баштаңыз (айланма кыймыл жасоо).

7. Жаакты нымдуу салфетка менен сүртүп, андан соң кургатыңыз.

Процедуранын аякташы:

8. Жаакка кырынуудан соң колдонулуучу лосьон сүйкөнүз.

9. Колду жууңуз.

10. Манипуляциялардын аткарылгандыгы тууралуу документке белги коюңуз.

Мурунга камкордук көрүү

Колдонулуучу жабдуулар: кол каптар, кебез турундалар, вазелин майы (өсүмдүк майы же глицерин), мензурка, пинцет, дезэритинди куюлган идиш.

Процедурага даярдык көрүү:

1. Бейтап менен жылуу мамиле түзүп, процедуранын жүрүшү тууралуу түшүндүрө кетиңиз.

2. Зарыл болгон жабдууларды даярдап алыңыз.

Процедуранын аткарылышы:

3. Колду жууп, кол каптарды кийиңиз.

4. Жаткан же отурган калыбында (бейтаптын абалына жараша) бейтаптын башын акырын чалкалатыңыз.

5. Мензуркага азыраак өлчөмдө вазелин майын куюңуз.

6. Пинцет менен турунданы кыпчып алып, вазелин майына чылап алган соң мензурканын кырбуусуна сыгып алыңыз да, колуңузга салыңыз.

7. Бейтаптын мурдунун учун сол кол менен жогору көтөрүп, оң кол менен айландыруучу кыймыл аркылуу турунданы таноого тыгып киргизиңиз да, 1-3 мүнөт коюп коюңуз.

8. Мындан соң турунданы алып салып, башкасы менен дал ушундай эле ыкма аркылуу таноо ичин тазалаңыз.

Процедуранын аякташы:

9. Кыпчыгычты, мензурканы дезэритинди куюлган идишке салыңыз.

10. Кол каптарды чечип, колду жууңуз.

11. Манипуляциялардын аткарылгандыгы тууралуу документке белги коюңуз.

Эскертүү: Саналып өткөн майлардын бирин мурунга алдын алуу тамызып, андан соң таноолорду кебез турундалар менен тазалоо керек. Мурун көндөйүнөн чыккан былжырды кургак кебез турундалар менен тазалап алып салыңыздар.

Көздөргө камкордук көрүү

Эртең мененки пайда болуп калган көздөгү чылпакты алып салуу үчүн көздү суу менен жууп жиберүү зарыл.

Колдонулуучу жабдуулар: стерилизацияланган кол каптар, 2 лоток (бирөө стерилизацияланган), стерилизацияланган марли шариктер, фурациллин эритиндиси 1:5000, пинцет, мензурка, дезэритинди куюлган идиш.

Процедурага даярдык көрүү:

1. Бейтап менен жылуу мамиле түзүп, процедуранын жүрүшү тууралуу түшүндүрө кетиңиз.

2. Зарыл болгон жабдууларды даярдап алыңыз.

Процедуранын аткарылышы:

2. Колду жууп, стерилизацияланган кол каптарды кийиңиз.
3. Мензуркага аз өлчөмдөгү фурациллин эритиндиси куюңуз.
4. Пинцет менен турунданы кыпчып алып, фурациллин эритиндисине чылап алган соң мензурканын кырбуусуна сыгып алыңыз да, колуңузга салып, кабактардын бирин көздүн сырткы кыйыгынан ичин көздөй сүртүңүз.
5. Башка шарикти фурациллин эритиндисине малып алып, ошол эле багытта сүртүү иштерин улантыңыз.
7. Сүртүү иштерин ар башка шариктер менен 4-5 жолу кайталаңыз.
8. Кургак шарик менен кабакты ошол эле багытты көздөй сүртүңүз.
9. Экинчи көздү дагы дал ушундай эле ыкмада тазалаңыз.

Процедуранын аякташы:

10. Иштетилген шариктерди, кыпчыгычты, мензурканы дезэритинди куюлган идишке салыңыз.
11. Кол каптарды чечип, дезинфекциялап бүткөн соң колду жууңуз.
12. Манипуляциялардын аткарылгандыгы тууралуу документке белги коюңуз.

Кулакка камкордук көрүү

Төшөк режиминдеги бейтаптар мезгил-мезгили менен угуу өтмөктөрүн тазалап туруусу зарыл.

Колдонулуучу жабдуулар: кол каптар, 3% суутек перексинин эритиндиси, пипетка, кебез турундар, 2 лоток, мензурка, дезэритинди куюлган идиш.

Процедурага даярдык көрүү:

1. Бейтап менен жылуу мамиле түзүп, процедуранын жүрүшү тууралуу түшүндүрө кетиңиз.
2. Зарыл болгон жабдууларды даярдап алыңыз.

Процедуранын аткарылышы:

3. Колду жууп, кол каптарды кийиңиз.
4. Мензуркага 3%дык жылуу суутек перексин куюңуз.
5. Бейтапты отургузуп, башын карама-каршы турган ийнин көздөй буруңуз же жаткан абалында капталын көздөй буруңуз.
6. Пинцет менен кебез турунданы кыпчып алып, 3%дык суутек перексине чылап алган соң мензурканын кырбуусуна сыгып алыңыз.
7. Турунданы оң колуңузга салыңыз.
8. Угуу өтмөгүн теңдеп алуу үчүн сол кол менен кулак калканын артка жана өйдө тартыңыз.
9. Айландырма кыймыл жасоо менен кебез турунданы сырткы угуу өтмөгүнө 1 см тереңдикте киргизиңиз жана 2-3 мүнөт кармап туруңуз.
10. Турундуны алмаштырып, манипуляцияны бир нече жолу кайталаңыз.
11. Башты карама каршы жагына буруу менен экинчи сырткы угуу өтмөгүнө дагы дал ушул аракеттерди кайталоо зарыл.

Процедуранын аякташы:

12. Кыпчыгычты, мензурканы дезэритинди куюлган идишке салыңыз.
13. Кол каптарды чечип, колду жууңуз.
14. Манипуляциялардын аткарылгандыгы тууралуу документке белги коюңуз.

ЭСИҢИЗДЕРДЕ БОЛСУН! Кулкуну алып чыгуу учурунда кулак жаргакчасын жабыркатып албоо үчүн катуу буюмдарды колдонууга болбойт.

Ооз көндөйүнө камкордук көрүү;

Төшөк режиминдеги бейтаптардын ооз көндөйүнө мезгил-мезгили менен камкордук көрүү зарыл.

Колдонулуучу жабдуулар: кол каптар, фартук, сүлгү, лоток, жылуу суу куюлган стакан, гигиеналык жалаяк (клеёнкадан болуусу шарт), тиш пастасы, тиш щётка, эринге сүйкөөчү крем, протездер үчүн чөйчөк (зарылчылыгына жараша), иштелип бүткөн материал үчүн идиш, кир кийим-кечелер үчүн клеёнка кап, тосмо (ширма).

Процедурага даярдык көрүү:

1. Бейтап менен жылуу мамиле түзүп, процедуранын жүрүшү тууралуу түшүндүрө кетиңиз.
2. Зарыл болгон жабдууларды даярдап алыңыз.

Процедуранын аткарылышы:

3. Колду жууп, кол каптарды кийиңиз.
4. Бейтаптын көкүрөгүн жалаяк менен жаап коюңуз.
5. Бөйрөк сымал лотокту бейтаптын көкүрөгүндөгү жалаяктын үстүнө коюу.
6. Бейтап оозуна суу ууртап, ооз көндөйүн чайкаган соң сууну лотокко түкүрүп салуусу керек. Мындан соң бейтаптын ээгин сүлгү менен тыкыр сүртүп берүү.
7. Эгерде тишке кийүүчү протездери бар болсо, бейтаптан аны чечип, атайын чөйчөккө салуусун өтүнүү. Эгерде бейтап протездерди өз алдынча чече албай турган болсо, анда:- салфетканы пайдалануу жолу аркылуу баш бармак жана сөөмөй менен тиш протезин катуу кармап туруп, нары-бери этияттык менен кыймылдатып чечип алган соң чөйчөккө салуу. Мындан соң оозду дагы бир ирет суу менен чайкоого болот.
8. Тиш щётканы сууга малып, андан соң ага тиш пастасын сыгуу.
9. Бейтаптын үстүңкү тиштерин тазалоо:
 - үстүңкү жана астыңкы жаактагы тиштерди шарттуу түрдө 4 сегментке бөлүү (ар бир жаактагы);
 - тиш щётканы үстүңкү тиштердин жаак тарабына жайгаштыруу ~ 45° бурч менен. «Шыпыруучу» кыймыл менен ар бир сегмент боюнча жок эле дегенде 10 жолу жогортон төмөндү көдөй кыймылдатуу; - тиш щёткасын үстүңкү тиштерге перпендикулярдык түрдө жайгаштыруу, таңдай кыртышын «шыпыруучу» кыймыл менен жогортон төмөндү көздөй тазалоо;- ушундай эле өңүттө алдыңкы тиштерди (бет жаак, тил жана чайноочу кыртыштарды), андан соң бейтаптын тилин тазалоо.
10. Бейтаптан оозуна суу ууртап, оозун чайкоосун өтүнүңүз.
11. Гигиеналык жалаякты клеёнка капка салуу.
12. Тосмону алып таштоо.
13. Кол каптарды чечүү. Колдорду жууп-тазалоо.
14. Манипуляциялардын аткарылгандыгы тууралуу документке белги коюңуз.

Бейтаптын башын жууп берүү:

Төшөк режиминдеги бейтаптардын чачына мезгил-мезгили менен камкордук көрүү зарыл.

Колдонулуучу жабдуулар: кол каптар, фартук, эки гигиеналык жалаяк (клеёнка болуусу шарт), чылапчын, суу куюлган кумган ($t +35-38^{\circ}\text{C}$), шампунь, сүлгү, кир кийим-кечелер үчүн клеёнка, тосмо (ширма).

Процедурага даярдык көрүү:

1. Бейтап менен жылуу мамиле түзүп, процедуранын жүрүшү тууралуу түшүндүрө кетиңиз.
2. Зарыл болгон жабдууларды даярдап алыңыз.

Процедуранын аткарылышы:

3. Колду жууп, кол каптарды кийиңиз.
4. Манипуляциялар үчүн зарыл болгон нерселердин бардыгын даярдап алуу.
5. Керебетти зарыл болгон деңгээлге чейин көтөрүү. Керебеттин бир капталындагы кармоочторду түшүрүү. Башты жуу үчүн бейтапты ыңгайлуу абалда жаткыруу.
6. Башынын алдына клеёнка, ал эми моюну менен ийиндерине жалаяк төшөп коюңуздар.
7. Бейтаптын баш жагына чылапчын коюу. Сууну чылапчындын дал өзүнө аккыда кылып, клеёнканын чекелерин кайрып көтөрүү.
8. Чачтардын чети менен бейтаптын чекесине салфетка коюп коюу. Чачтарды суу менен нымдап алып, шампунь менен самындоо, башты укалап туруп, чачты чайкап алуу.
9. Чачты сүлгү менен кургатып, тарак менен тароо. Өз келбетин көрүүсү үчүн бейтапка күзгү берүү.
10. Колдонуулган буюм-тайымдарды, ошондой эле гигиеналык жалаяктарды клеёнка капка салуу.
11. Бейтапты ыңгайлуу абалга келтирүү. Тосмону алып таштоо.
12. Колп каптарды чечүү. Колдорду жууп-тазалоо.
13. Манипуляциялардын аткарылгандыгы тууралуу документке белги коюңуз.

Чач кыркуу

Колдонулуучу буюмдар:

- Тарак, чач кыркуу үчүн машинка.
- Чачты өртөп жиберүү үчүн чылапчын, ширенке.
- Кубаты 70% спирт.

Процедураларды аткаруунун ырааттуулугу:

1. Зарыл болгон буюм-тайымдарды санитардык-гигиеналык жактан жууп-тазалоого даярдоо.
2. Стулга (кушеткага) клеёнка төшөө, ага бейтапты отургузуп, ийинин полиэтилен жалаяк менен жаап коюу.
3. Чачты чач тегиздөөчү машинканын жардамы менен кыркуу, баштын түктүү бөлүгүндө тери оорусу болсо – чачты алдын ала даярдалып коюлган чылапчындын үстүнө кыркуу.
4. Кыркылган чачты өрттөп жиберүү.
5. Кайчы, устараларды спирт менен тазалоо.

Аялдарды жууп-тазалоо (подмывание)

Колдонулуучу жабдуулар:

- стерилизацияланган: лоток, корнцанг, салфеткалар, кол каптар;
- клеенка, жалаяк;
- 35-38 градустагы суу куюлган кумган же Эсмарх кружкасы;
- самын;
- тосмо (ширма).

Процедурага даярдык көрүү:

- бейтап менен жылуу мамиле түзүңүздөр;
- процедуранын жүрүшү тууралуу түшүндүрүп, бейтаптын макулдугун алыңыздар;
- тосмону (ширманы) орнотуп коюңуздар;
- колду жууп, кол каптарды кийиңиздер;
- бейтаптын алдына жалаягы бар клеёнка төшөңүздөр, сегиз көчүк алдына судно коюңуздар.

- бейтапка кайрылып, буттарын бүгүп, андан соң бир аз эки жакка жылдыруусун өтүнүңүз;
- кумараны (Эсмарх кружкасын) суюктукка толтуруңуз.

Процедуранын аткарылышы:

- бейтаптын оң тарабына туруңуз;
- сол колуңузга кумараны (Эсмарх кружкасынын түтүгүн), ал эми марли салфетка тагылган корнцангды оң колуңузга алыңыз;
- тышкы жыныстык органдарды төмөндөгүдөй ырааттуулукта тазалаңыздар: алгач жыныстык эринчелерди, андан соң кичи жыныстык эринчелерди жана уретраны, андан соң арткы тешикти (сүртүп-тазалаган сайын салфеткаларды алмаштырып туруу);
- жыныстык органдарды ошондой эле ырааттуулукта кургатыңыздар, салфеткаларды алмаштырып туруңуздар.

Процедуранын аякташы:

- судно, клеёнка, кол каптарды дезинфекциялоого даярдаңыз;
- аялдын үстүнө бир нерсе жабыңыз;
- тосмону (ширма) алып салыңыз;
- кол каптарды чечип, колдорду жууңуз.

Эркек адамды жууп-тазалоо

Колдонулуучу жабдуулар:

- стерилизацияланган: лоток, корнцанг, салфеткалар, кол каптар;
- клеёнка, жалаяк;
- 35-38 градустагы суу куюлган кумган же Эсмарх кружкасы;
- самын;
- тосмо (ширма).

Процедурага даярдык көрүү:

- бейтап менен жылуу мамиле түзүңүздөр;
- процедуранын жүрүшү тууралуу түшүндүрүп, бейтаптын макулдугун алыңыздар;
- тосмону (ширманы) орнотуп коюңуздар;
- колду жууп, кол каптарды кийиниздер;
- бейтаптын алдына жалаягы бар клеёнка төшөңүздөр, сегиз көчүк алдына судно коюңуздар.

бейтапка кайрылып, буттарын бүгүп, андан соң бир аз эки жакка жылдыруусун өтүнүңүз;

- кумараны (Эсмарх кружкасын) суюктукка толтуруңуз.

Процедуранын аткарылышы:

- бир колуңуз менен жыныстык мүчөнү кармап, кертмек башты жаап турган терин тартыңыз;
- жыныстык мүчөнүн кертмек жууп, андан соң кургатып алыңыз;
- кертмек башты жаап турчу терини ордуна коёо жибериниз;
- куулуктун терисин, аналдык тешикти жакшылап жууп-тазалап, бир сыйра суу менен чайкап алган соң кургатыңыз.

Процедуранын аякташы:

- судно, клеёнка, кол каптарды дезинфекциялоого даярдаңыз;
- шейшептерди, денеге кийүүчү кийимдерди оңдоп-түзөп алган соң эркек адамды бир нерсе менен жабыңыз;
- тосмону (ширма) алып салыңыз, кол каптарды чечип, колдорду жууңуз.