

# REGLER FOR BRUG AF VARMTVANDSBASSIN

**Sano er opmærksom på at holde god hygiejne i bassinet.**

**Læs derfor vores hygiejneregler grundigt, inden du benytter bassinet og spørg personalet, hvis du er i tvivl.**

## **Du må ikke bruge bassinet, hvis du har:**

- Afføringsinkontinens
- Urininkontinens – dvs. ufrivillig vandladning ved fx host eller nys. Dog må du benytte bassinet, hvis du bruger special-badetøj, der mindsker urinlækage. Eller bruger hjælpemidler som fx "Diveen" – søg rådgivning hos din læge.
- Infektioner/betændelse, fx forkølelse, feber, ondt i halsen, øjeninfektion, blærebetændelse, ørebetændelse, betændelse i huden, smitsom leverbetændelse, virussygdom som herpes, MRSA osv.
- Sår. Dog kan småskrammer evt. dækkes med flydende plaster. Dette skal personalet vurdere.
- Ubehandlet fodsvamp eller fodvorter
- Diarré inden for de sidste 24 timer
- Stomipose, med mindre du kan benytte en kantsikring til stomiposen
- Medicinpumpe, med mindre du kan fjerne pumpen og klare dig uden medicin under bassintræningen
- Er nyopereret og nyligt har fået fjernet tråde/agraffer. Dette skal personalet vurdere.
- Menstruation – dog må du benytte bassinet, hvis du bruger tampon. Skift tampon før bad.
- Utøj (f.eks. lus, lopper, fnat)
- Gravide med blødninger
- Tager Methotrexat i doser over 30 mg pr. uge.

## **For at sikre bassinvandets kvalitet skal du desuden:**

- Tage alle smykker af også øreringe, piercinger og vielsesringe. Hvis en ring ikke kan komme af, skal du vaske området grundigt.
- Indsæbe hele kroppen og skylle dig omhyggeligt. Vær specielt opmærksom
- på at fjerne solcreme/-olie og makeup helt. Omklædning og vask foregår altid i omklædningsrummet ved bassinet, og ikke på eget værelse
- Vaske håret eller benytte badehætte
- Huske at vaske dig igen, hvis du benytter toilettet efter brusebad eller under bassintræningen.
- Bære rent badetøj /andet tøj der kun bruges i bassin - uden rester af skyllemiddel
- Har du behov for at anvende skinner, skal disse være rene skinner som du kun bruger i bassin
- Efter du har benyttet bassinet, bør du for din egen skyld afslutte med et
- brusebad.
- Alle blebørn skal benytte en godkendt bade-blebuks.

# REGLER FOR BRUG AF VARMTVANDSBASSIN

## Informér personalet, hvis du har:

- Fået ny hofte, nyt knæ eller anden operation inden for den sidste måned
- Hjerterproblemer (hvis du anvender nitrospray skal denne medbringes til bassinet og personalet informeres om dette)
- Forhøjet eller for lavt blodtryk
- Epilepsi
- Kronisk lungelidelse (f.eks. KOL)
- Astma
- Svær hypermobilitet/Ehlers-Danlos syndrom
- Knogleskørhed (Osteoporose)
- Svimmelhed
- Sukkersyge (diabetes)
- Angst for vand
- Svær syns- og hørenedsættelse
- Smertepaster, da varmen kan øge frigørelsen af medicinen.

*Bassinreglerne gælder alle tre huse*

*OBS. Gælder i Skælskør. Særlige regler for brug af sauna (se opslag ved saunaen)*

**HUSK! Du er altid velkommen til at spørge os, hvis du er i tvivl.**

