

العناية بالنظافة الشخصية: حمام المريض في السرير (Bed Bath)

الأهداف العامة:

في نهاية هذا الإجراء يجب أن يكون الطلبة قادرين على :

- 1- التعبير لفظيا عن الأهداف الخاصة من الحمام الكامل للمريض في السرير
- 2- تطبيق تقنية الحمام الكامل للمريض في السرير

الأهداف الخاصة:

- 1- لإزالة الميكروبات المتنقلة ، مفرزات الجسم ، الفضلات وخلايا الجلد الميتة
- 2- لتنشيط الدورة الدموية المحيطية
- 3- لتحسين تقدير واحترام المريض لذاته
- 4- تعزيز الشعور بالتعافي
- 5- دعم الاسترخاء والراحة
- 6- للتخلص من رائحة الجسم الكريهة

الأدوات :

- 1- حوض حمام عدد/1
- 2- منشفة حمام عدد/2
- 3- صابون ضمن صحن صابون
- 4- شامبو
- 5- قفاز +كيس حمام أو قطع شاش
- 6- شرشف سرير
- 7- رداء + بيجامة
- 8- سلة بياضات
- 9- مشط أو فرشاة شعر
- 10- مرطب (غسول)
- 11- قفازات نبوذة
- 12- مشمع
- 13- قصرية و مبولة

اختياري :

- 1- ميزان حرارة للحمام
- 2- منزر /مريول/
- 3- Gallipots (أو عية فخارية للادوية)
- 4- قطع قطن معقمة
- 5- قفازات (في حال اتساخ الشرشف)

الإجراء:

م	الخطوات	التبرير العلمي	S*	U*
1	حدد المريض	لتقديم العناية للمريض الصحيح	مرضي	غير مرض
2	اشرح الإجراءات للمريض	لتعزيز التعاون والمشاركة من المريض		
3	قيم مدى اعتمادية المريض ومشاركته في الإجراء	المشاركة إذا كانت ممكنة تحسن احترام المريض لذاته		
4	اغسل اليدين	منع خطر انتقال العدوى		
5	رتب الأدوات في مكان ملائم	الأدوات المنظمة والمرتببة تمنع ضياع الوقت والطاقة وتمنع توقف العمل خلال اجراءه		
6	أملأ 2/3 من حوض الاستحمام بماء دافئ / لاحظ درجة حرارة الماء بمرفقك أو الجانب الزندي من المعصم (41 – 43) درجة مئوية	للضمان بأن درجة حرارة الماء تلائم المريض		
7	أغلق الأبواب أو اسحب الستارة واطفي المروحة	تيار الهواء يزيد من فقد حرارة الجسم بطريقة الحمل يحافظ على الخصوصية ويجنب القشعريرة		
8	ابق حواجز السرير مرفوعة في الجانب البعيد من سرير المريض	رفع الحاجز يبقي المريض آمناً عندما تغادر الممرضة السرير		
9	عدل السرير لوضعية العمل	لضمان ميكانيكية جسم مناسبة تمنع إجهاد ظهر الممرضة		
10	قدم القصرية /المبولة / إذا كان مطلوباً" (تابع النقاط الخاصة بذلك)	يمنع إعاقة العمل ويعزز الراحة		
11	قيم المريض من أجل غسيل الشعر والعناية بالقدم إذا كان ضرورياً" ووفقاً" لما يفضله المريض			
12	انزع الرداء (ثياب المريض يتم خلعها حسب رغبة المريض أو إذا كانت الثياب متسخة) إذا كان لدى المريض خط وريدي اطلب المساعدة	يؤمن كشف أجزاء الجسم بشكل كامل خلال الحمام		
13	غط المريض بالشرشف بشكل كامل	للمحافظة على الخصوصية		
14	ابسط منشفة صدر المريض على أعلى الشرفف	يمنع تلوث أو ترطيب الشرفف		
15	اغسل العينين بالماء فقط ثم جففهما بشكل جيد /استخدم زوايا مختلفة لكل عين/(امسح العينين	يمنع انتقال الميكروبات و المفرزات من الدخول إلى قناة الدمع الأنفية		

			من الناحية الأنسية إلى الوحشية)
16	امسح الوجه، الأذنين، والرقبة بالصابون الأوساخ والبكتريا	الصابون ينقص توتر السطح وبالتالي يسهل إزالة الأوساخ والبكتريا	
17	اغسل كل جزء من الوجه، الأذنين والرقبة بقماش للغسيل وجفف كل منهم بشكل جيد	لإزالة الصابون والميكروبات كما أن الرطوبة تزيد من نمو البكتريا	
18	اكتشف ذراع المريض البعيد وضع منشفة الحمام طولانيا تحت الذراع	إزالة التلوث من المنطقة عند غسلها وتحمي شرشف السرير من الرطوبة	
19	اغسل الذراع باستخدام حركات طولانية ثابتة من المنطقة البعيدة إلى منطقة الاتصال مثلا من الأصابع إلى الإبط (بحذر في حال وجود خط وريدي)	الصابون يقلل من التوتر السطحي وبالتالي يسهل إزالة الأوساخ والبكتريا والحركة الطولانية والثابتة من المنطقة البعيدة إلى منطقة الاتصال تزيد العود الوريدي	
20	اغسل وجفف الذراع والإبط بإحكام	التجفيف يقلل نمو البكتريا	
21	كرر الخطوات من 18- 20 على الذراع الأخرى		
22	ضع المنشفة مباشرة على السرير وضع الحوض عليها ، اغمر أيدي المريض في الماء واطرها لمدة 3- 5 دقائق	النقع يطري الجلد الصلب في اليدين ويحل الأوساخ تحت الأظافر ويعزز الشعور بالنظافة	
23	غير الماء واضبط درجة حرارتها باستخدام الوجه الباطني للرسغ ملاحظة (غير الماء باستمرار إذا أصبح باردا)	تحافظ على راحة المريض وتمنع الحرق	
24	غط صدر المريض بالمنشفة واسحب الشروشف العلوي إلى البطن	لمنع التعرض غير الضروري والقشعريرة	
25	اغسل الصدر بالماء والصابون ومن ثم اشطف وجفف انتبه بشكل خاص للثنيات الجلدية تحت الأثداء عند النساء	منطقة الثنيات الجلدية ممكن أن تجمع العرق وتعرض الجلد للأذية اذا لم تنظف وتجفف بشكل صحيح	
26	حافظ على المنشفة فوق الصدر واطوي الشروشف العلوي إلى الأسفل حتى منطقة العانة	تمنع القشعريرة والتعرض غير الضروري	
27	اغسل البطن مع الانتباه إلى السرة وثنيات البطن ، واستخدم حركات دائرية، اشطف وجفف بشكل جيد . حافظ على البطن مغطى بين الغسيل والشطف	الصابون يقلل من التوتر السطحي وبالتالي يسهل إزالة الأوساخ والبكتريا	
28	اسحب الشروشف العلوي إلى الرقبة وابعده منشفة الحمام	للحفاظ على الخصوصية والراحة والدفء	

29	اكتشف ساق المريض البعيدة وضع منشفة الحمام طولانيا تحت الساق. اثني ساق المريض بلطف عند مفصل الركبة، إلا في حال وجود مضادات استطباب (مانع للحركة والثني)	للتخلص من التلوث من المنطقة عند غسلها وتحمي شرشف السرير من الرطوبة
30	اغسل الساق باستخدام حركات طولانية ثابتة من الكاحل إلى الفخذ اشطف وجفف بشكل جيد	الصابون يقلل من التوتر السطحي وبالتالي يسهل إزالة الأوساخ والبكتريا ، والحركة الطولانية الثابتة من المنطقة البعيدة إلى منطقة الاتصال تزيد العود الوريدي
31	اعد الخطوات من 29- 30 للرجل الأخرى	
32	ضع الحوض على السرير وانقع القدمين لمدة 3 - 5 دقيقة	النقع يطري الأظافر ويحل الأوساخ تحت الظفر ويعزز الشعور بالنظافة
33	اغسل القدمين مع الانتباه إلى المنطقة بين الأصابع ، اشطف وجفف بشكل جيد	المفرزات والغبار المتواجد بين الأصابع يمكن أن يسبب أذى للجلد
34	غير الماء واضبط درجة حرارته بالجهة الداخلية للرسغ	لحفاظ على راحة المريض ومنع الحرق
35	ساعد المريض على الانتقال للجانب الآخر، ارفع حواجز السرير على الجانب الذي يستدير إليه المريض	لضمان امن المريض وحمايته من السقوط
36	ضع المنشفة بشكل طولاني تحت ظهر المريض، لاحظ أي احمرار أو أذية جلدية. اغسل الظهر بحركات دائرية من الكتف إلى الأرداف . اغسل وجفف بشكل جيد بإحكام. انتبه بشكل خاص لتنظيف الثنيات ghuteal	تحسن الاسترخاء وتمنع أذية الجلد (الضغط المستمر على النتوءات العظمية يمكن أن تقلل التروية وتؤدي إلى تشكيل قرح الفراش)
37	اعتني بالظهر (راجع checklist من أجل العناية بالظهر)	
38	غير الماء واضبط درجة حرارته باستخدام الوجه الداخلي للرسغ	لحفاظ على راحة المريض ومنع الحرق
39	ساعد المريض للانتقال إلى وضعية الاستلقاء الظهرى. غط صدر المريض والأطراف العلوية بمنشفة والأطراف السفلية بالشرشف العلوي ، اكتشف المنطقة العجانية فقط، اغسل وجفف العجان إذا كان المريض قادراً على أن يغسل ساعده فقط انتبه بشكل جيد إلى الثنيات الجلدية	لمنع التعرض غير الضروري. يمكن أن يفضل المريض أن يغسل منطقتة العجانية بنفسه
40	غير شرشف السرير	لمنع العدوى وتعزيز راحة المريض
41	ساعد المريض ليلبس ثياب نظيفة. مشط الشعر	لحفاظ على الدفاء والراحة وتعزيز الشعور

		بقيمة الذات	وضع المريض بوضعية مريحة	
			طبّق العناية بالقدمين واليدين عند الحاجة	42
		لضمان الأمان	اضبط السرير حسب راحة المريض وارفح حواجز السرير	43
		لضمان الجاهزية للاستخدام المقبل والحفاظ عليها عقيمة	نظف واعد الأدوات	44
		سلامة البيئة المحيطة بالمريض	حافظ على منطقة المريض مرتبة ونظيفة	45
		لمنع العدوى المتصالبة	اغسل اليدين	46
		لإيصال العناية المقدمة وحالة المريض ولحماية الممرضة قانونياً	وثق على دفتر ملاحظات التمريض التاريخ والوقت ونوع العناية المقدمة وأي ملاحظات ذات صلة واستجابة المريض. ملاحظة: قيم مدى سلامة الجلد والمناطق المهددة بحدوث قرحات الانضغاط	47

(ملاحظات المدرس) : الاجراء تم في مختبر المهارات أو على المريض أو في المجتمع.

سجل عدد المحاولات التي نفذها الطالب لانجاز حالة مرضية للمهارة.

اسم المدرس

التاريخ

التوقيع

العناية بمنطقة العجان (Perineal Care)

الأهداف: في نهاية هذه المهارة سوف يكون الطالب قادراً على:

- تعداد أهداف المهارة.
- يطبق التقنية الصحيحة للمهارة.

الغاية:

- لإزالة إفرازات العجان الطبيعية و الرائحة.
- لتعزيز الراحة.
- لمنع انتشار الإنتان (عند وجود قثطرة بولية).

الأدوات:

- وعاء غسيل بماء فاتر.
- صابونة مع مصبنة (أو صابون سائل)
- كرات قطن
- ورقة التسجيل
- قفازات نبوذة عدد 2 (لاتكس)
- أليز مشمع عدد 2
- لفة محارم تواليت
- إبريق ماء
- وعاء كلوي
- ميزان الحمام (اختياري)
- قصيرة

الإجراء:

م	الخطوات	التبرير العلمي	S	u
1	التعرف على المريض	لتقديم العناية للمريض الصحيح		
2	شرح الإجراء للمريض	لكسب تعاون المريض و إنقاص القلق		
3	اغسل الأيدي	لمنع انتقال العدوى		
4	رتب الأدوات إلى جانب السرير	لضمان إجراء مرتب وحفظ الوقت و الطاقة		
5	أسدل الستار حول المريض أو أغلق باب الغرفة	لضمان الخصوصية		
6	ارفع رأس السرير لوضعية مريحة و تسهل العمل و اقلل العجلات	لتسهيل وضعية جسم مناسبة و تمنع الضغط على ظهر الممرضة		
7	ارتدي القفازات	منع انتقال العضويات الممرضة		
8	ساعد المريض على : وضعية الاستلقاء الظهرى مع ثني الركبتين و تبعيد الفخذين أو الوضعية النسائية (للنساء) وضعية الاستلقاء الظهرى مع ثني	تؤمن وصول سهل للأعضاء التناسلية		

			الركبتين و تيعيد الفخذين (للرجال)
9	قم بإزالة بيجامة المريض و غطه بشرشف	يؤمن تعريض المنطقة التناسلية- لتأمين الخصوصية	
10	ضع شرشف المشمع تحت أرداف المريض	لمنع تبلل شرشف السرير	
11	زود المريض بقصرية و ساعد في غسل منطقة العجان إذا كان المريض قادراً على العناية بنفسه		
12	إذا كان المريض غير قادر على العناية بالعجان بنفسه إملأ الحوض بالماء الفاتر (41-43) درجة (تفحص حرارة الماء بواسطة باطن الرسغ)	للقاية من الحروق	
13	ضع حوض الغسيل ، كرات القطن ، محارم التواليت ، و الوعاء الكلوي ، مع الصابون السائل فوق طاولة السرير	لتيسير الحصول على الأدوات بسهولة ،	
14	استر المريض	تأمين الخصوصية	
15	قيم منطقة العجان (احمرار أو أي أذية جلدية)	يسمح في الكشف المبكر عن الأذيات للتدخل في الوقت المناسب	
16	اغسل منطقة العجان	للمحافظة على صحة المنطقة	
17أ	للنساء :		
أ	اغسل الشفرين الكبيرين (المنطقة البعيدة أولاً)	الإفرازات حول الشفرين الكبيرين و الشفرين الصغيرين تسمح بنمو البكتريا يقلل من انتشار الميكروبات	
ب	اغسل الشفرين الصغيرين بعد تيعيد الشفرين الكبيرين (المنطقة البعيدة أولاً)		
ت	أبعد الشفرين الصغيرين و اغسل البظر ، الفتحة البولية و فتحة المهبل	الجفاف يمنع نمو البكتريا	
ث	استخدم قطع قطن مختلفة لكل مسحة و امسح من عظم العانة إلى المستقيم اشطف و جفف المنطقة بشكل جيد	الحفاظ على مفهوم من التنظيف إلى المتسخ	
ج		يجعل المريض مرتاحاً و يحافظ على صحة المريض	
17ب	للرجال :		
أ	امسك جذع القضيب بلطف. إذا كان المريض بدون ختان اسحب القلفة	يقلل من فرصة حدوث الانتصاب. الإفرازات المجموعة تحت القلفة تسهل نمو البكتريا	
ب	اغسل قمة القضيب عند فتحة الاحليل أولاً مستخدماً حركة دائرية (قم بالتنظيف من الفتحة باتجاه المنطقة المحيطة بها)	يمنع دخول الميكروبات إلى الاحليل	
ت	استخدم قطعتي قطن منفصلتين و كرر الخطوات حتى ينظف القضيب	يقلل من انتشار البكتريا	
ث	أعد القلفة إلى مكانها الطبيعي	شد القلفة حول جذع القضيب يمكن أن يسبب وذمة موضعية و عدم راحة	
ج	اغسل جذع القضيب بلطف و لكن بثبات و نظف المنطقة تحت القضيب	يقلل من فرصة حدوث أذية للمريض	
ح	اشطف و جفف المنطقة بشكل جيد	الجفاف يثبط نمو البكتريا	
خ	أطلب من المريض أن يبق ساقيه	يسمح بوصول سهل إلى منطقة الصفن	

			متباعدين بشكل جزئي	
د		الجفاف يثبط نمو الجراثيم	نظف بلطف منطقة الصفن ارفع الخصيتين و اغسل طيات الجلد تحتها (أشطف و جفف)	
18		لمنع كشف المناطق التي لا داعي لكشفها	اثني الزاوية لقطعة القماش بين قدمي المريض فوق منطقة العجان	
19		تسمح بوصول سهل للمنطقة الشرجية	ساعد المريض على أخذ وضعية الاستلقاء الجانبي	
20		يمنع من انتقال الميكروبات	نظف منطقة الشرج بمسح المادة البرازية الموجودة بمحارم التواليت اغسل من الأمام إلى الخلف مستخدماً القطن المبلل بالصابون بمسحة واحدة (كرر الخطوة السابقة حتى ينظف الجلد)	
21		الجفاف يثبط نمو البكتريا	اشطف و جفف المنطقة بشكل جيد	
22		الرطوبة و مفرزات الجسم على القفازات تؤدي الميكروبات	قم بإزالة و التخلص من القفازات بطريقة مناسبة	
23		للحفاظ على الخصوصية	ألبس المريض البيجامة	
24		للوصول السريع للأدوات عند الحاجة	نظف الأدوات و دعها جانباً	
25		لمنع العدوى المتصالبة	اغسل اليدين	
26		إيصال الرعاية المقدمة و حالة المريض تحمي الممرضة قانونياً	وثق على دفتر ملاحظات التمريض : التاريخ و الوقت ، الإجراء المجرى ، أي ملاحظات على المريض ، و استجابة المريض	

(تعليق المدرس) : يؤدي في مختبر المهارات أو على المريض أو في المجتمع

سجل عدد المحاولات التي نفذها الطالب لانجاز المهارة بشكل مرضي

اسم المدرس

التاريخ

التوقيع