

Chương trình đào tạo trực tuyến dành
cho nhân viên chăm sóc của NSTC

Đơn vị: Quy trình và Kỹ thuật Tắm trên Giường Tiêu chuẩn



Mục tiêu chính và Ba giai đoạn quan trọng



Giai đoạn 1:
Chuẩn bị môi trường
và dụng cụ



Giai đoạn 2:
Cởi quần áo và vệ
từng bộ phận cơ thể



Giai đoạn 3:
Tráng rửa, lau khô
và mặc quần áo



An toàn, riêng tư và giữ ấm

Giai đoạn 1: Đánh giá môi trường và chuẩn bị dụng cụ

Tiêu chuẩn môi trường

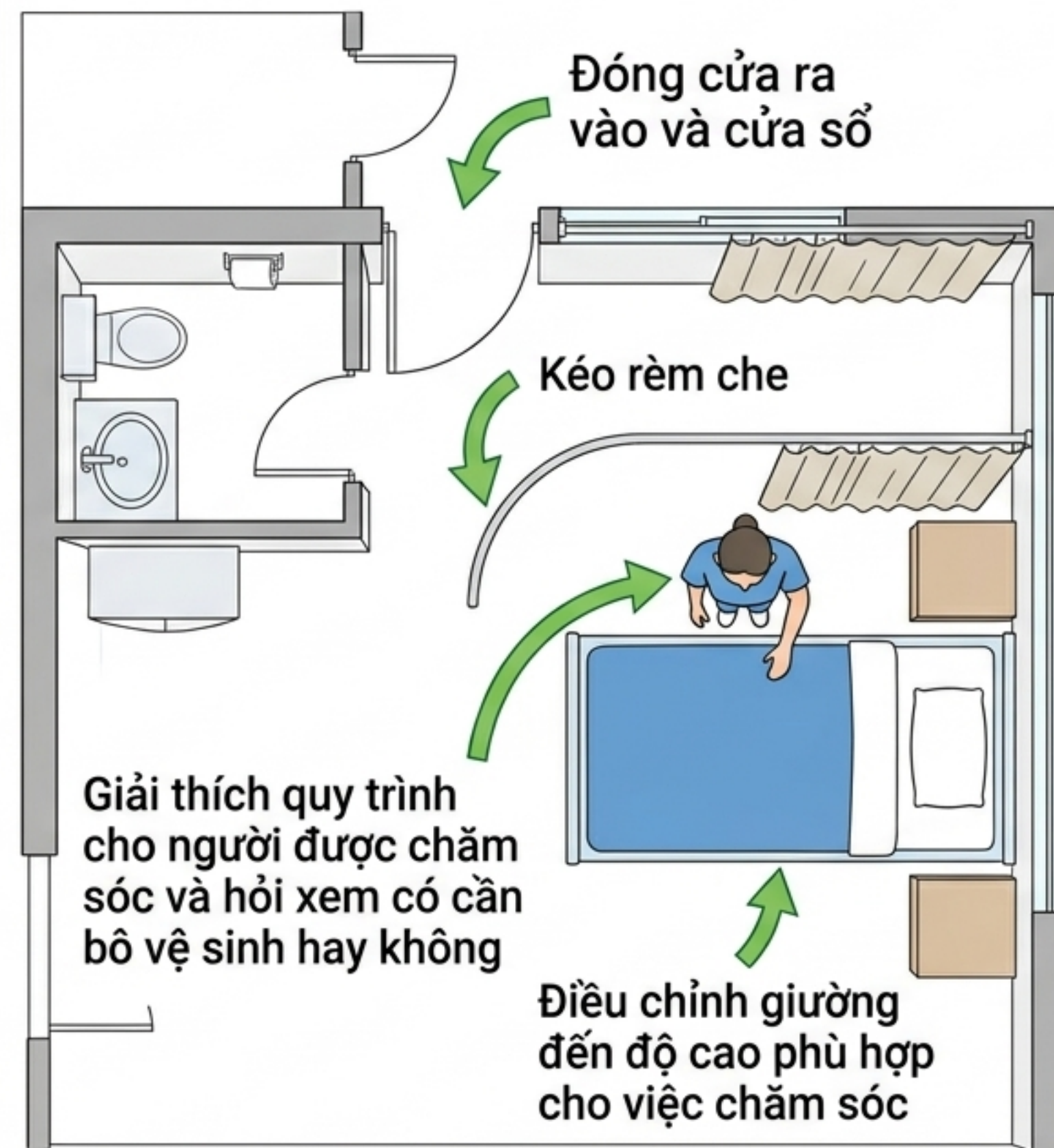


Danh sách dụng cụ



Bật đèn sưởi hoặc máy sưởi để đảm bảo người được chăm sóc không bị lạnh

An toàn nhiệt độ nước và bảo vệ sự riêng tư





Khái niệm quan trọng:
Quy tắc vàng khi mặc và cởi quần áo
(Bên lành vs. bên bệnh)



Khi cởi quần áo: cởi bên lành trước
(hoặc bên gần nhân viên chăm sóc hơn)

Nguyên tắc mặc quần áo:
mặc bên bệnh trước



Hỗ trợ người bệnh xoay người nằm nghiêng



Tháo tay áo và luồn phần tay áo xuống dưới lưng người bệnh



Tháo bỏ quần áo ở phía xa hơn



Bỏ tã giấy vào thùng rác



Cho quần áo bẩn vào túi đồ bẩn



Trình tự mặc quần áo hoàn toàn ngược lại với trình tự cởi quần áo

Giai đoạn 2: Sơ đồ đầy đủ trình tự tắm



Tuân thủ đúng trình tự giúp duy trì tiêu chuẩn vệ sinh cao nhất và giảm nguy cơ nhiễm trùng

Bước 1 & 2: Vệ sinh đầu và mặt



- **Che bằng khăn:** bảo vệ mắt và tai tránh bị nước vào
 - Sau khi xoa bóp bằng dầu gội, xả sạch và dùng khăn quấn đầu lại



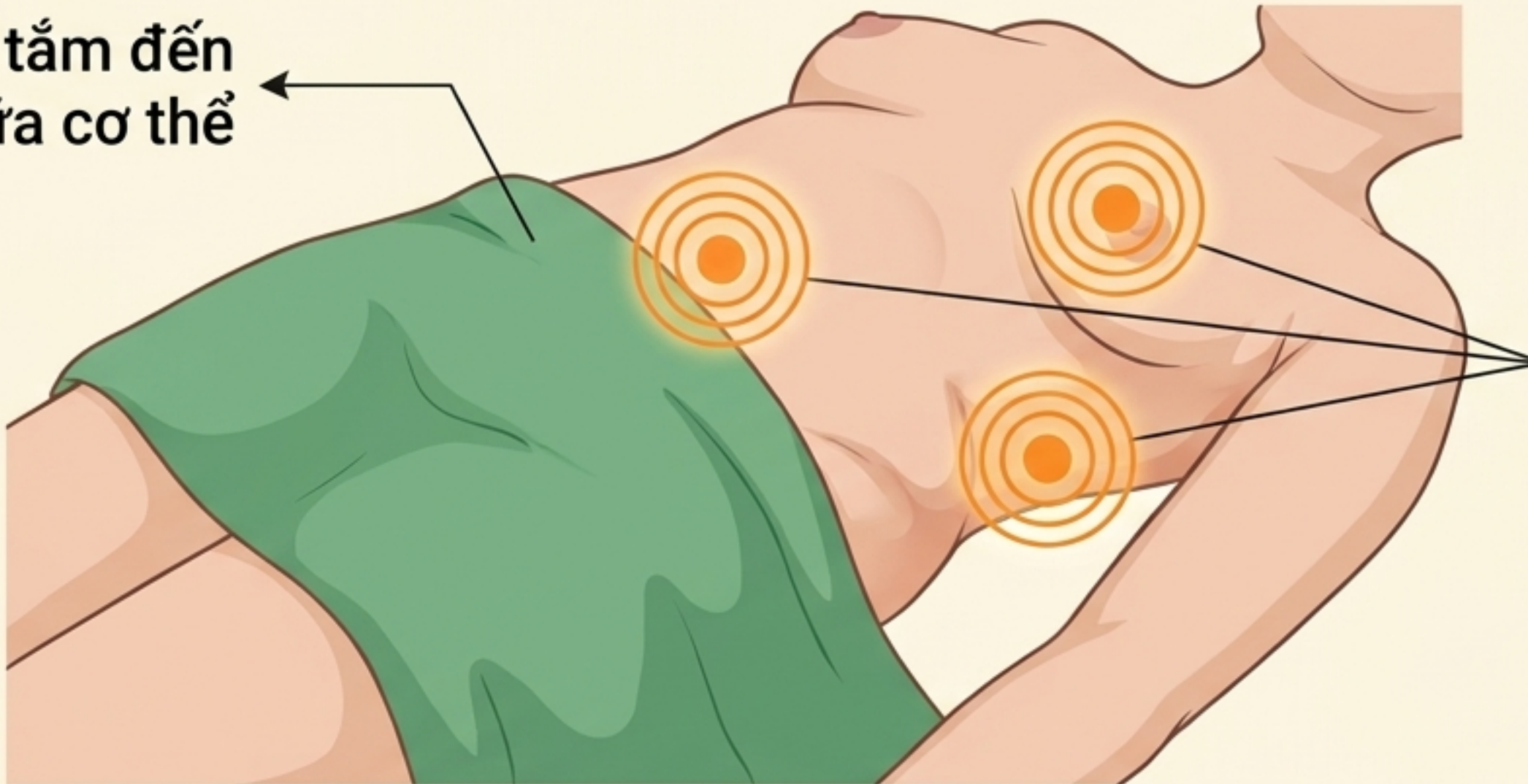
- **Điểm quan trọng khi vệ sinh đầu:** lau khô và vệ sinh vùng mắt
- **Điểm quan trọng về hướng lau:** dùng góc khăn nhỏ lau từ khóe mắt trong ra phía ngoài, giữ cho da luôn khô ráo

Bước 3: Kỹ thuật vệ sinh chi trên



Bước 4: Những điểm quan trọng khi vệ sinh ngực và bụng

Vén khăn tắm đến đường giữa cơ thể



Vùng rốn, các nếp gấp da và phía dưới vú



Các vùng nếp gấp da dễ tích tụ bụi bẩn, cần nhẹ nhàng xoa rửa và đảm bảo luôn khô ráo

Bước 5 & 6: Vệ sinh lưng và mông

Hỗ trợ xoay người



Rửa sạch theo hướng từ trên xuống dưới

1. Cổ và vai

2. Lưng

3. Mông

Vệ sinh vùng đáy chậu



Nữ giới: lau rửa từ trước ra sau để phòng tránh nhiễm trùng để phòng tránh nhiễm trùng



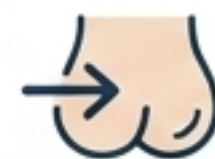
Nam giới: kéo bao quy đầu xuống



Vệ sinh quy đầu và lỗ tiểu

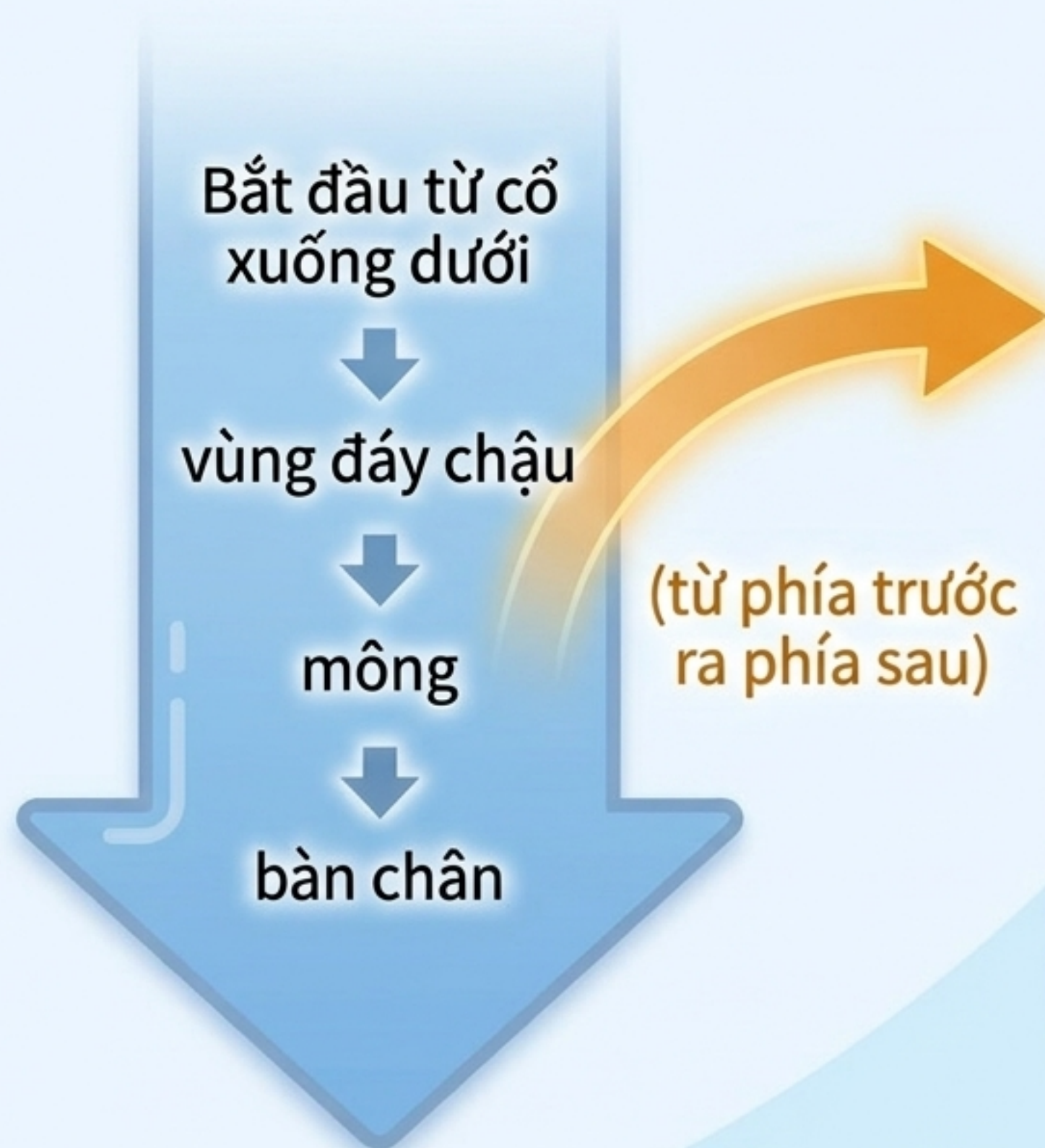
Kéo bao quy đầu trở lại vị trí ban đầu

Tăng cường vệ sinh các nếp gấp ở bìu



Nguyên tắc chung: vệ sinh từ trước ra sau (từ xương mu đến hậu môn)

Giai đoạn 3: Tráng rửa, lau khô và dưỡng ẩm



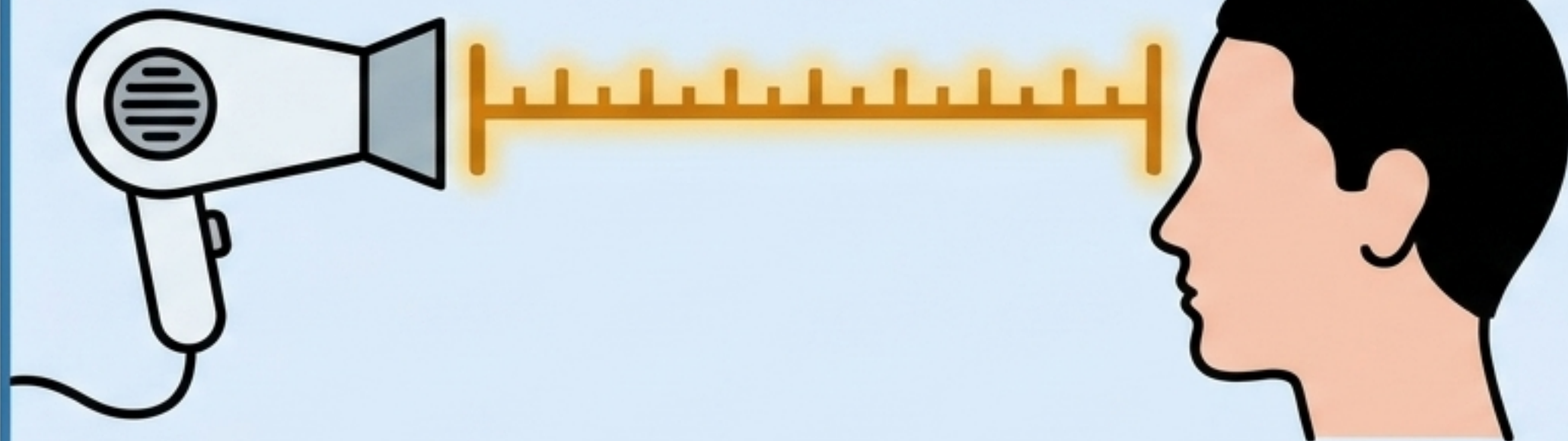
Dùng khăn tắm lớn lau khô mặt trước cơ thể, sau đó hỗ trợ người bệnh xoay người để lau khô mặt sau



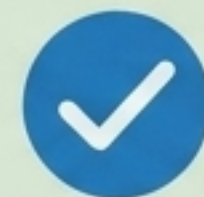
Thoa kem dưỡng ẩm toàn thân để tránh da bị khô quá mức

Sắp xếp lại và khôi phục môi trường

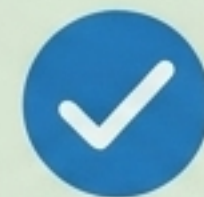
Duy trì khoảng cách bằng một cánh tay với người bệnh



Tránh nguy cơ bị bỏng



Hỗ trợ mặc tã và quần áo cho người bệnh



Kiểm tra các ống dẫn và băng gạc xem có cần thay mới hoặc cố định lại hay không



Nhân viên chăm sóc phải rửa tay đúng cách và đầy đủ

Gợi ý từ chuyên gia: Lời nhắc và lưu ý trong chăm sóc



Thời gian tắm tốt nhất

thực hiện trước bữa ăn hoặc sau bữa ăn một giờ



Lựa chọn sản phẩm vệ sinh

người cao tuổi hoặc người có làn da khô, nhạy cảm nên hạn chế sử dụng xà phòng gây kích ứng và giảm sử dụng chất tẩy rửa



Quan sát trong suốt quá trình

luôn chú ý sự thay đổi nhiệt độ nước, tình trạng da và đảm bảo giữ ấm đầy đủ

Thẻ ôn tập học trực tuyến

Nhiệt độ phòng

22–27°C

độ ẩm

40–70%

nhiệt độ nước

43–46°C

Cởi quần áo:
bắt đầu từ bên lành

Mặc quần áo:
bắt đầu từ bên bệnh

Đầu



Mặt



Chi
trên



Ngực và
bụng



Lưng



Chi
dưới



Vùng đáy
chậu

