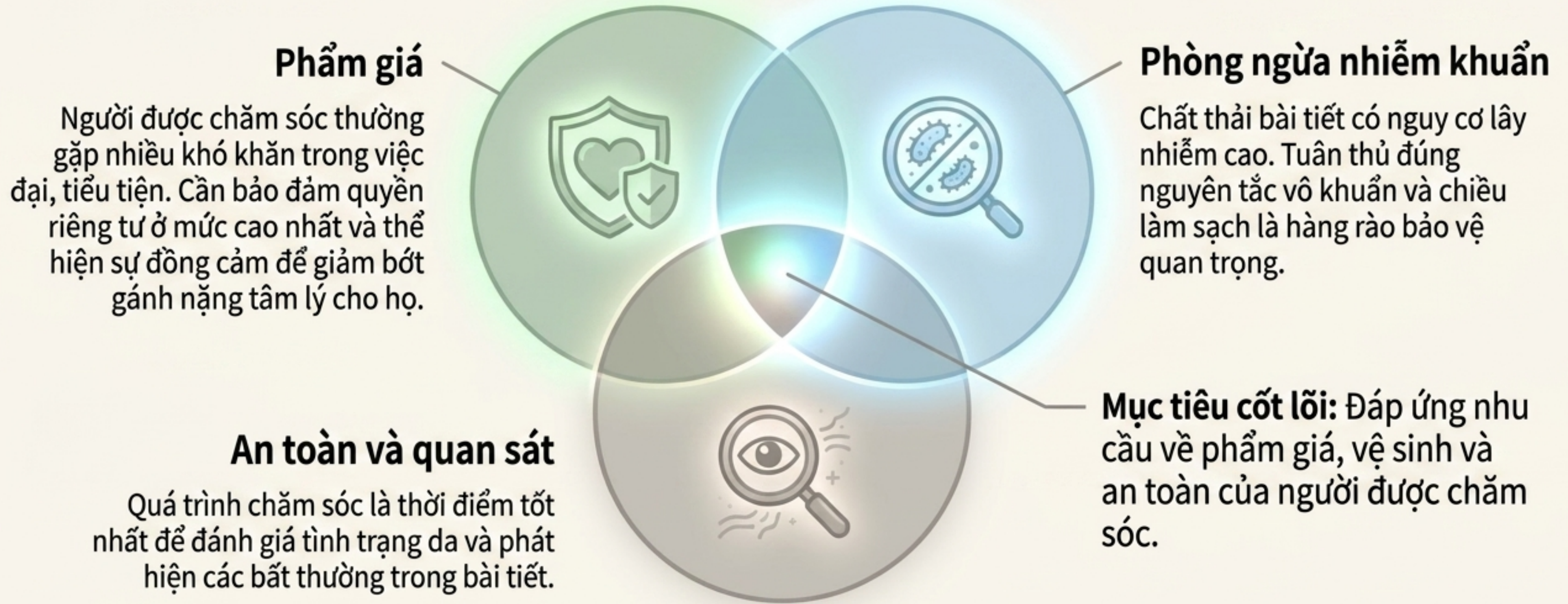




Hàng rào bảo vệ phẩm giá và sự sạch sẽ: Quy trình tiêu chuẩn chăm sóc bài tiết và vệ sinh vùng tầng sinh môn

Hướng dẫn thực hành lâm sàng theo
từng bước và quy trình thao tác

Triết lý cốt lõi của chăm sóc: Không chỉ đơn thuần là làm sạch

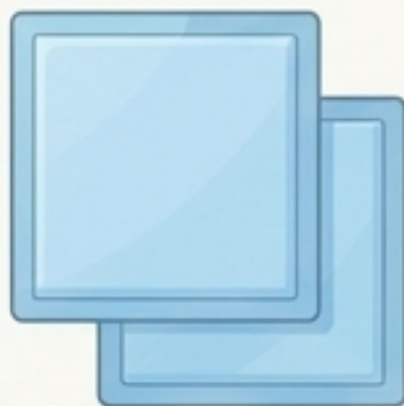


Danh sách dụng cụ

Bảo vệ và Cách ly



Găng tay



Tấm lót chống thấm
và tấm lót chăm sóc



Tót chống thấm



Túi rác

Vệ sinh và Rửa sạch



Bình rửa
chứa
nước ấm



Xà phòng
hoặc dung
dịch làm sạch
trung tính



Khăn giấy
ướt



Giấy vệ sinh



Bình tiểu / Bô

Chăm sóc và Làm khô



Khăn



Tã



Kem dưỡng ẩm (khi cần)

Hãy bảo đảm tất cả dụng cụ đã được chuẩn bị đầy đủ và sắp xếp gọn gàng để quá trình thao tác diễn ra thuận lợi.

Đánh giá trước khi thực hiện: Xây dựng sự tin tưởng và môi trường an toàn



Xác nhận và đánh giá

Xác nhận danh tính của người được chăm sóc và giải thích toàn bộ quy trình sẽ thực hiện.



Giải thích quy trình

Đánh giá mức độ tỉnh táo, khả năng vận động và nhu cầu đại, tiểu tiện của người được chăm sóc.



Đảm bảo quyền riêng tư

Đóng cửa hoặc kéo rèm để bảo vệ quyền riêng tư của người được chăm sóc.



Chuẩn bị vô khuẩn

Rửa tay và mang găng tay.

Sơ đồ lựa chọn tư thế hỗ trợ: Phân loại theo khả năng vận động



Đánh giá khả năng vận động của người được chăm sóc.



Người có thể sử dụng bì



Người nằm liệt giường hoàn toàn



Hỗ trợ nằm nghiêng hoặc nâng hông, sau đó đặt bì.



Hỗ trợ nằm ngửa, gập gối (cần hai người cùng hỗ trợ).



Dù ở tư thế nào cũng phải trải tấm lót chống thấm dưới vùng mông và đặt thêm một tấm lót chăm sóc chống thấm.

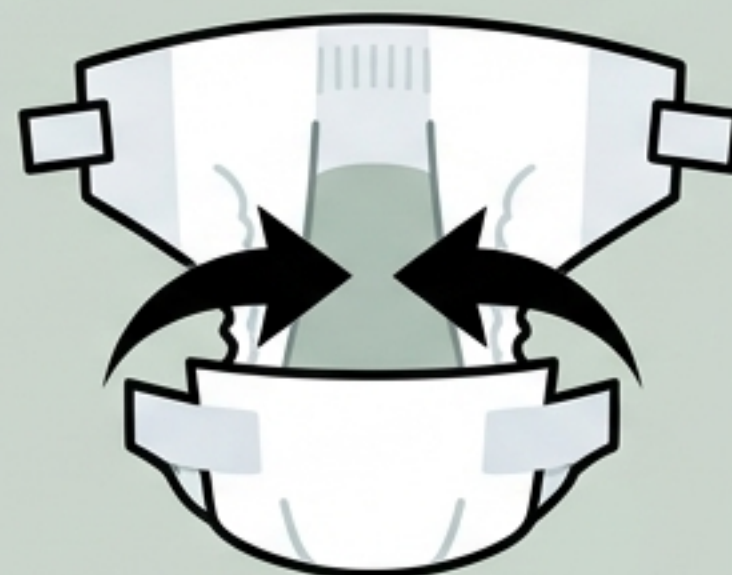
Xử lý ban đầu chất thải bài tiết: Ngăn chặn sự lan truyền ô nhiễm

Bô / Bình tiểu



- Sau khi người được chăm sóc bài tiết xong, đổ chất thải vào bồn cầu, rửa sạch xô hoặc bình tiểu bằng nước sạch rồi để nơi thông thoáng cho khô.

Tã



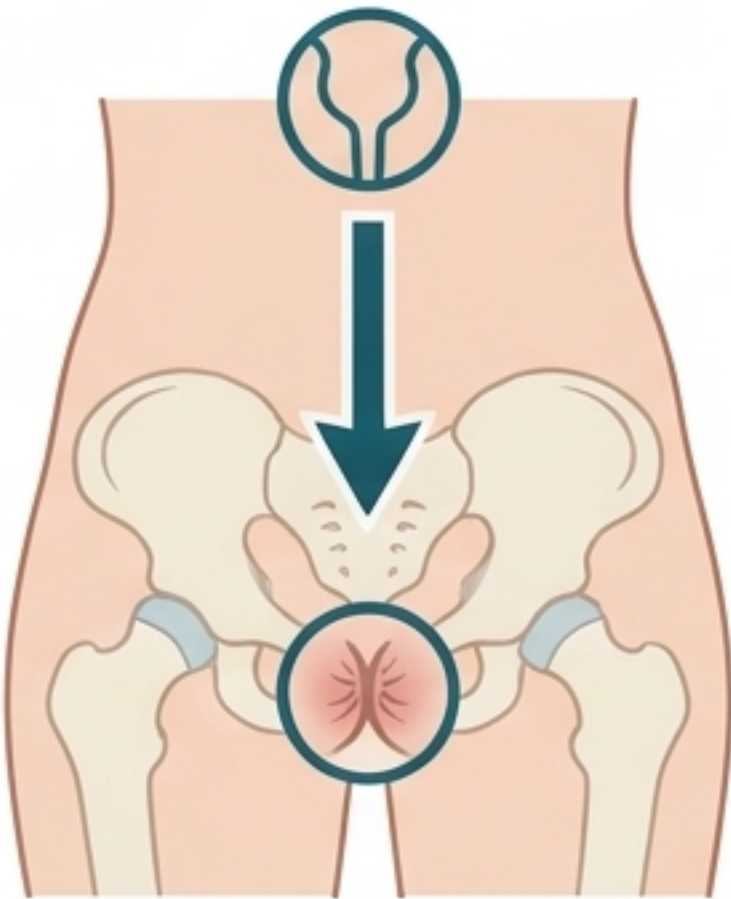
- Mở tã và gấp mặt bẩn vào trong để tránh làm lan rộng ô nhiễm.



Sau khi xử lý chất thải bài tiết, người chăm sóc phải thay găng tay và rửa tay ngay, sau đó mới được tiếp tục vệ sinh vùng tầng sinh môn.

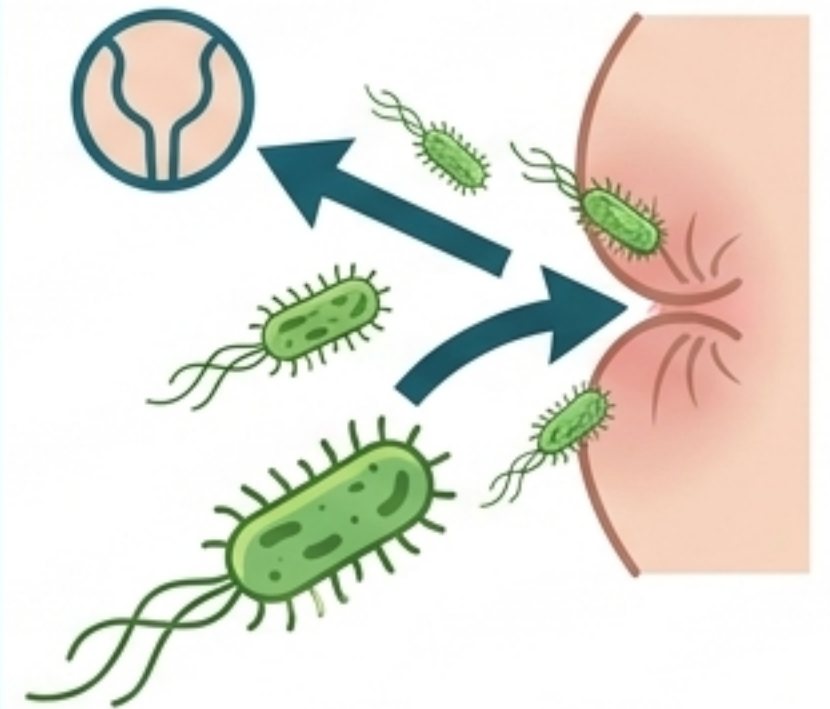
Nguyên tắc vàng trong lâm sàng: Làm sạch theo một chiều

Điểm bắt đầu: Lỗ niệu đạo → Điểm kết thúc: Hậu môn

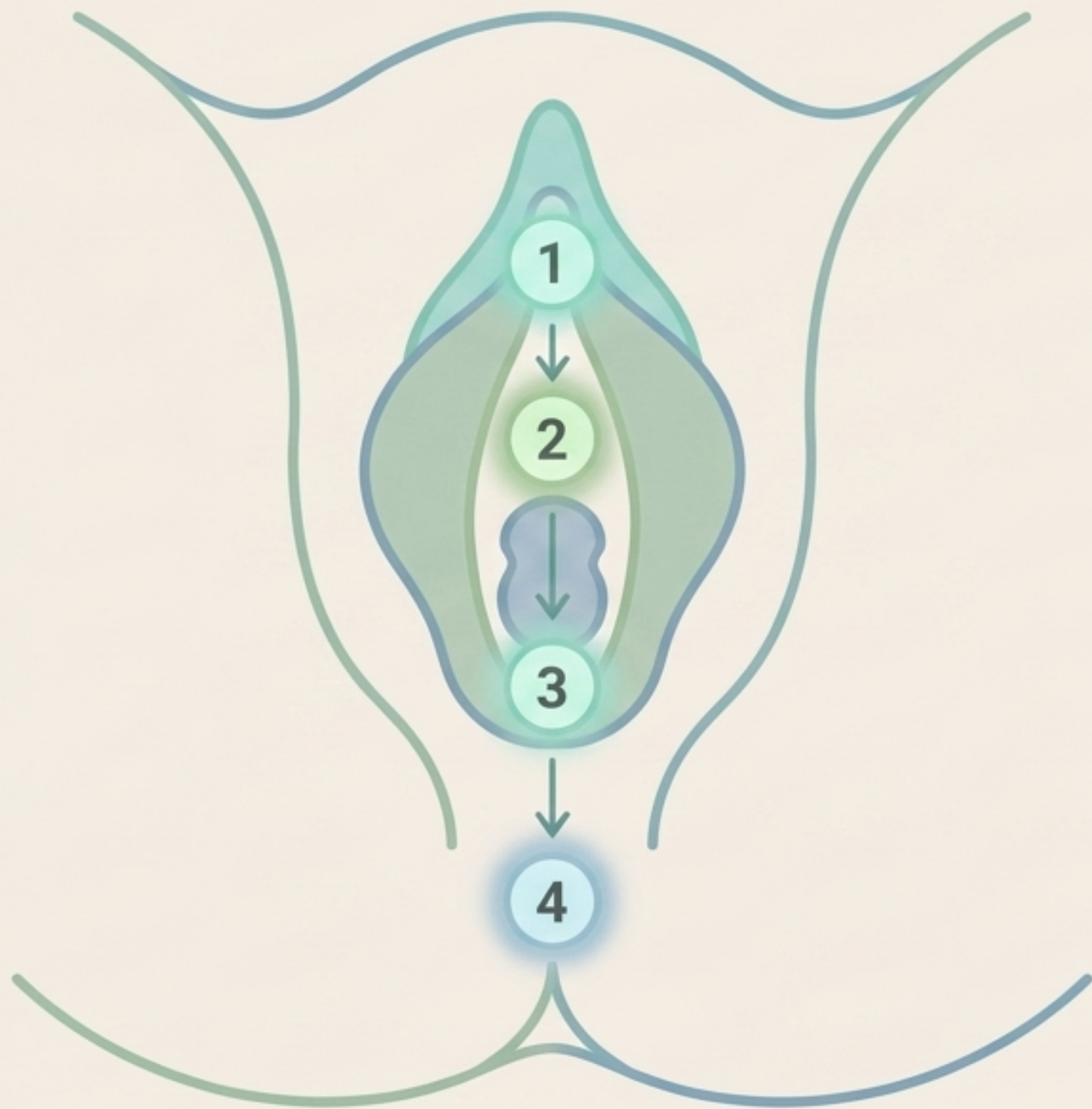


Luôn làm sạch từ trên xuống dưới, tuyệt đối không chà qua chà lại.

Đảm bảo vi khuẩn đường ruột ở hậu môn (ví dụ E. coli) không bị đưa ngược lên niệu đạo gây nhiễm trùng đường tiết niệu (UTI).



Các bước vệ sinh vùng tầng sinh môn cho nữ



1. Mang găng tay, sử dụng bình rửa chứa nước ấm và kiểm tra nhiệt độ nước bằng mặt trong cổ tay.



2. Dùng xà phòng hoặc dung dịch làm sạch trung tính, bắt đầu vệ sinh từ lỗ niệu đạo. Nếu có ống thông tiểu, ưu tiên làm sạch đoạn ống tiếp xúc với lỗ niệu đạo và các chất tiết bám trên ống.



3. Tiếp theo vệ sinh hai môi lớn, theo thứ tự từ trên xuống dưới; không chà qua chà lại và tránh tiếp xúc với hậu môn.

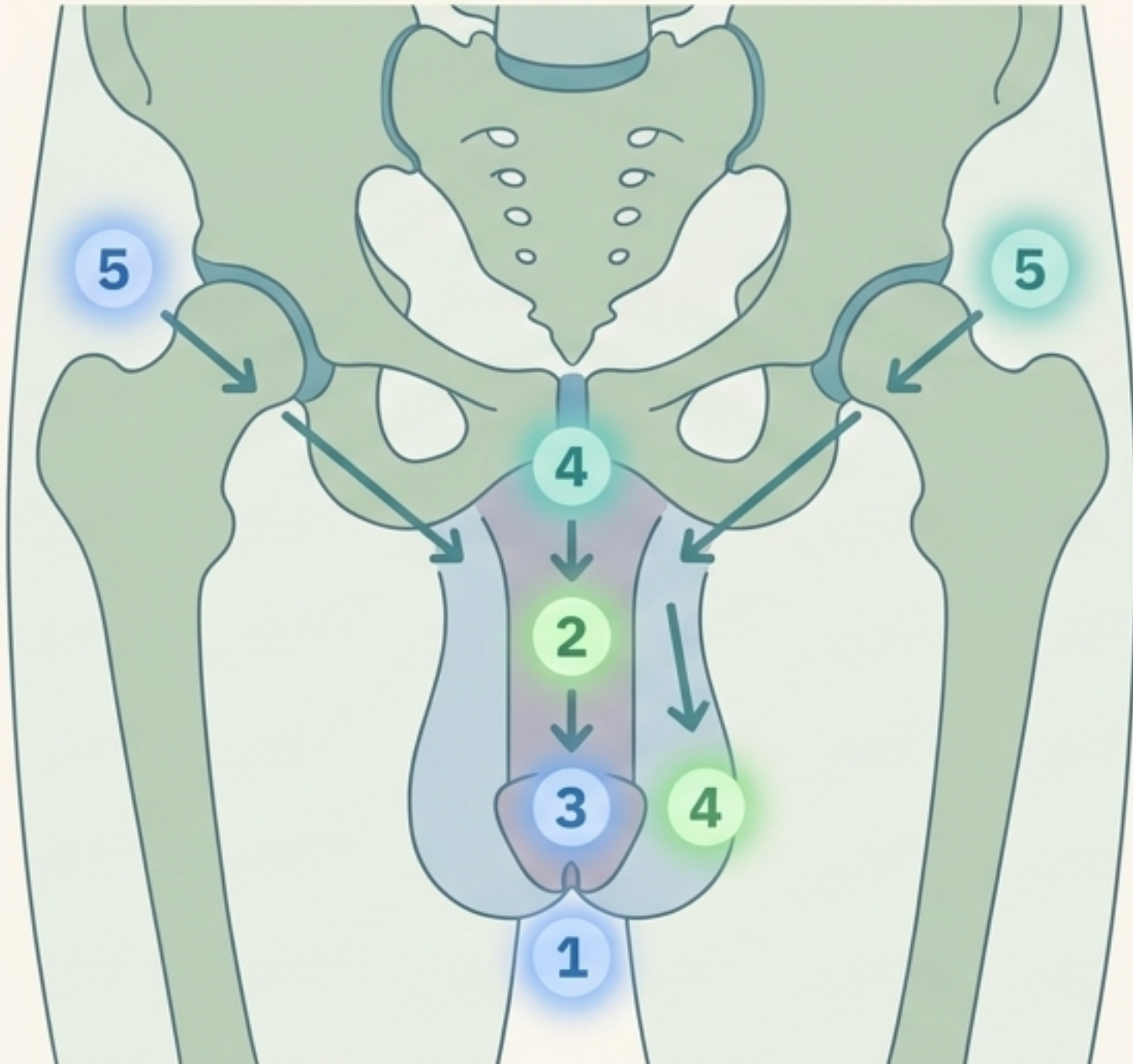


4. Dùng nước ấm rửa sạch hoàn toàn lớp bột theo chiều từ trên xuống dưới.

Quy trình vệ sinh vùng tầng sinh môn cho nam

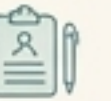


Trước tiên phải kéo bao quy đầu xuống để lộ hoàn toàn quy đầu và lỗ niệu đạo.



Thứ tự làm sạch:

1. Lỗ niệu đạo



2. Quy đầu



3. Dương vật



4. Bìu



5. Hai bên bẹn



Trong quá trình vệ sinh cần chú ý các nếp gấp của da; nếu có ống thông tiểu, phải làm sạch các chất tiết bám trên ống thông. Dùng nước ấm rửa sạch hoàn toàn lớp bọt. Dùng khăn thấm khô nhẹ (Pat dry), sau đó bôi kem dưỡng ẩm khi cần.

So sánh lâm sàng: Những khác biệt quan trọng khi vệ sinh vùng tầng sinh môn ở nam và nữ

		
Chuẩn bị chính	Kiểm tra nhiệt độ nước bằng mặt trong cổ tay và mang găng tay	Kiểm tra nhiệt độ nước bằng mặt trong cổ tay và mang găng tay
Bước đầu tiên	Bắt đầu trực tiếp từ lỗ niệu đạo	Trước tiên phải kéo bao quy đầu xuống
Thứ tự làm sạch	Lỗ niệu đạo → Hai môi lớn	Lỗ niệu đạo → Quy đầu → Dương dương vật → Bìu → Hai bên bẹn
Điểm cần quan sát	Chất tiết quanh lỗ niệu đạo	Các nếp gấp của da
Điều tuyệt đối tránh	 Không chà qua chà lại	

Làm sạch và làm khô vùng mông



Sau khi rửa sạch vùng tầng sinh môn, hỗ trợ người được chăm sóc nằm nghiêng.



Dùng xà phòng hoặc dung dịch làm sạch trung tính để vệ sinh hai bên mông, sau cùng mới làm sạch hậu môn. Sau đó rửa sạch bằng nước ấm.



Bảo vệ làn da để tránh tổn thương: dùng khăn thấm khô nhẹ (Pat dry), tuyệt đối không kéo mạnh hoặc chà xát quá mức lên da.



Tùy theo tình trạng da của người da của người được chăm sóc, bôi một lượng kem dưỡng ẩm thích hợp lên vùng da khô khi cần.

Hỗ trợ trở về tư thế: Khôi phục sự thoải mái và phẩm giá

Loại bỏ Nguồn Ô Nhiễm



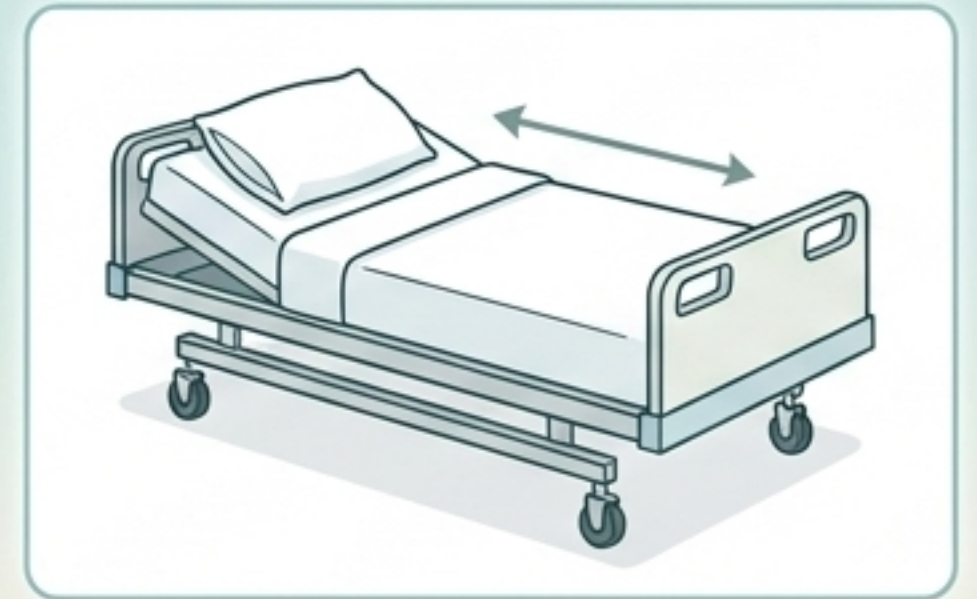
- Lấy bỏ tấm lót chăm sóc chống thấm ở phía dưới.
- Tháo găng tay và rửa tay ngay.

Mặc Lại Quần Áo



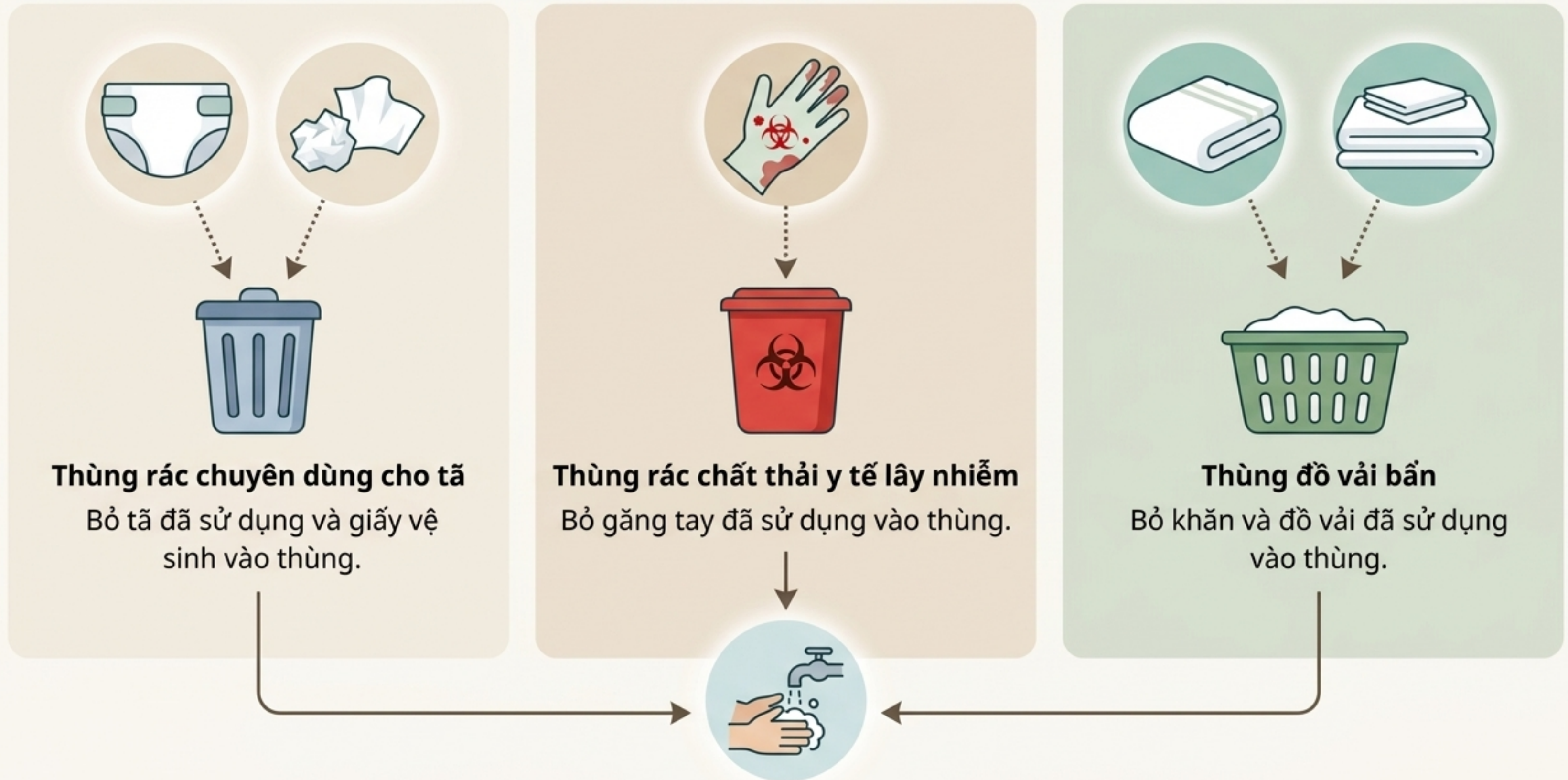
- Thay tã sạch cho người được chăm sóc.

Phục Hồi Môi Trường



- Hỗ trợ người được chăm sóc trở lại tư thế nằm thoải mái nhất.
- Chỉnh phẳng ga giường, bảo đảm không có nếp nhăn, luôn khô ráo và phẳng (yếu tố quan trọng để phòng ngừa loét tỳ đè).

Tuyến phòng vệ cuối cùng: Xử lý dụng cụ và kiểm soát nhiễm khuẩn



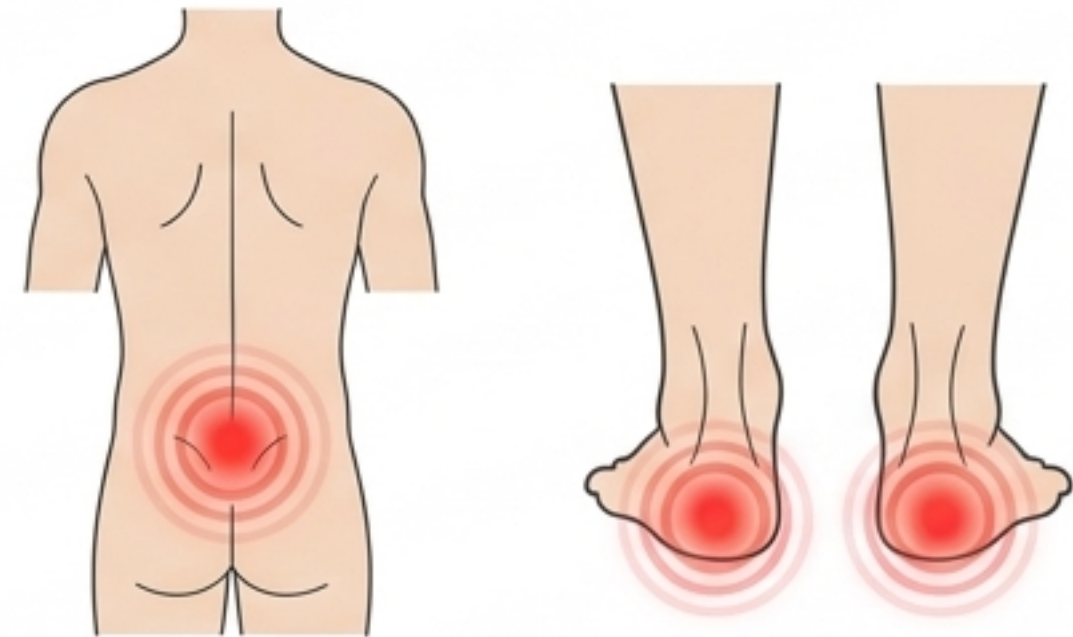
Quan sát lâm sàng và báo cáo: "Radar" của người chăm sóc

Báo cáo bất thường về chất thải bài tiết



Nếu phát hiện phân có máu, phân đen (melena) hoặc táo bón nghiêm trọng, phải báo ngay cho điều dưỡng hoặc bác sĩ.

Đánh giá tình trạng da



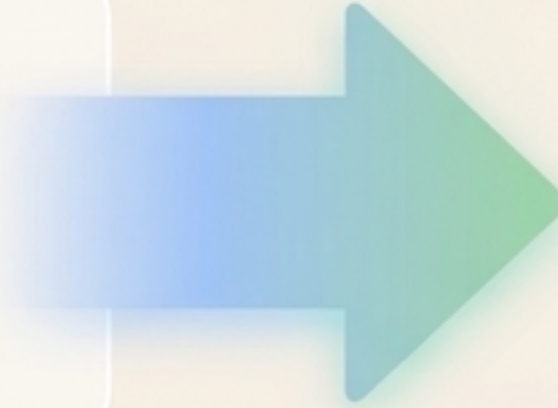
Đối với người nằm liệt giường, cần đặc biệt chú ý các vùng chịu áp lực xem có xuất hiện đỏ da, trầy xước hoặc loét tỳ đè (Pressure Injury) hay không.

Mọi thao tác phải nhẹ nhàng, tránh làm tổn thương da do ma sát khi trở mình hoặc lau rửa.

Giá trị của chăm sóc: Kết nối kỹ năng với phẩm giá



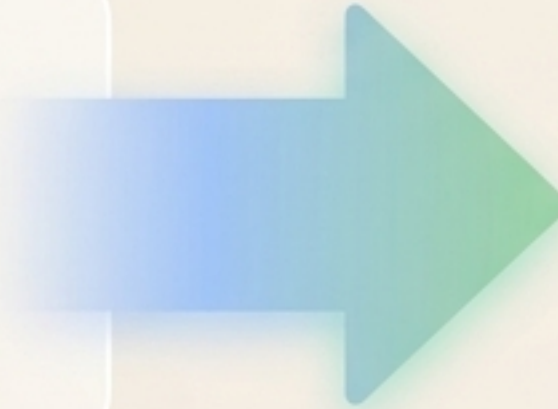
Đóng cửa hoặc kéo rèm



Gìn giữ phẩm giá: Giúp người được chăm sóc vẫn giữ được quyền riêng tư và phẩm giá trong những thời điểm dễ bị tổn thương nhất.



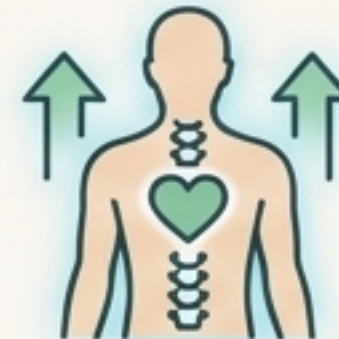
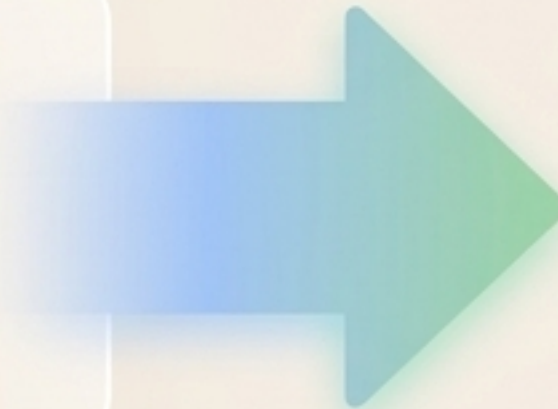
Làm sạch từ trên xuống dưới, phân loại đúng rác thải



Đảm bảo an toàn: Cắt đứt chuỗi lây nhiễm và xây dựng hàng rào bảo vệ bằng thực hành vô khuẩn đúng cách.



Chỉnh phẳng ga giường, quan sát bất thường



Nâng cao chất lượng cuộc sống: Phòng ngừa loét tỳ đè và các bệnh lý tiềm ẩn, từ đó thực sự nâng cao chất lượng cuộc sống.