

غسيل اليدين الطبي (Hand washing)

الأهداف العامة :

- في نهاية الإجراء سيكون الطلاب قادرين على :
- يعبر لفظياً عن الهدف من غسل اليدين
- يطبق تقنية غسل اليدين بشكل صحيح

الأهداف الخاصة:

- لإنقاص عدد الأحياء الدقيقة على اليدين
- لإنقاص احتمال انتقال الأحياء الدقيقة إلى المريض و أفراد العائلة
- لإنقاص احتمال انتقال التلوث بين المرضى و أفراد الفريق الصحي والأشخاص المحيطين والذين لهم صلة بالمريض
- لإنقاص احتمال انتقال الأحياء الدقيقة إلى الممرض / الممرضة نفسها

الأدوات :

- صابون في صحن صابون
- ماء جاري
- مناديل استعمال مرة واحدة أو منشفة يدين

الإجراء :

م	الخطوات	التبرير	S* تم	U* لم يتم
1	تأمل اليدين لوجود أي أذية في الجلد	لحمايتك		
2	- تأمل طول الأظافر ، وجود أظافر صناعية ، - قص الأظافر لتكون قصيرة إذا كان هناك حاجة	الأظافر القصيرة هي ملجأ أقل للأحياء الدقيقة ، لخدش المريض أو ثقب القفازات .		
3	- أزل كل المجوهرات (الخواتم ، بلاك ، ساعة يد) - ارفع الكم إذا كان طويلاً	الأحياء الدقيقة يمكن أن تستوطن في المجوهرات (Harson, 1989, p. 936)		
4	قف أمام الصنبور – احفظ يديك ولباسك بعيداً عن حواف المغسلة	داخل المغسلة عادة ملوث / الإقتراب من المغسلة يزيد احتمال لمسك للحواف الملوثة .		
5	افتح صنبور الماء باستخدام منشفة - اضبط جريان الماء	لمنع تبلل الثياب بالماء – عندما تلمس اليدين الصنبور تعتبر ملوثة		
6	بلل اليدين بحيث تكون اليدين أخفض من المرفقين	يجب أن يجري الماء من المنطقة الأقل تلوثاً إلى المنطقة الأكثر تلوثاً		
7	ضع الصابون على اليدين في حال استخدام حامل الصابون ، اغسل الصابونة ثم أعدها إلى مكانها في الطبق .	ينظف الصابون باستحلاب الدهون والزيوت ويخفف توتر سطح الجلد .		
8	استخدم الفك لمدة 15-20 ثانية : - الراحة بالراحة - افرك الراحة اليمنى بظهر اليد اليسرى	الدلك والحك و الفك بشكل ميكانيكي يزيل الجراثيم والأوساخ .		

			- اعقد الأصابع وامسك راحتين ببعضهما - امسك الوجه الخلفي للأصابع بالراحة المعاكسة - افرك بشكل دائري للإبهام الأيمن - افرك بشكل دائري للإبهام الأيسر - استخدم حركة دائري للمعصم والوجه الخلفي للراحة وافرکهم .	
		الحركة الدائرية تساعد على إزالة الصابون و الأحياء الدقيقة	9 اترك الصابون جانباً و اغسل يديك وذلك باستخدام الفرک القوي والحركة الدائرية	
		لمنع تلوث الأصابع المغسلة	10 اغلق الصنبور باستخدام منشفة	
		الرطوبة تساعد في نمو الأحياء الدقيقة .	11 - جفف الأيدي وبين الأصابع - عبر عن أوقات غسل الأيدي : * عند دخولك وخروجك من المشفى * عند دخولك وخروجك من غرفة المريض * قبل تحضير الأدوية * قبل وبعد لبس القفازات * قبل وبعد إجراء عناية ذات صلة بالمريض .	

* S: satisfactory; U: Unsatisfactory

ملاحظات المدرب : (الأداء في مختبر المهارات وفي التطبيق على المريض أو في المجتمع ، الرجاء تسجيل عدد المحاولات التي أجراها الطالب للوصول إلى أداء المهارة بشكل تام)

اسم وتوقيع المدرب : ----- التاريخ : / /

ترتيب السرير المشغول (Occupied Bed Making)

الأهداف العامة:

في نهاية هذه المهارة سيكون الطلاب قادرين على:

- يعبر عن الهدف من ترتيب السرير.
- يجري تقنية ترتيب السرير بشكل ملائم.

الأهداف الخاصة:

- لحفظ طاقة المريض والمحافظة على الحالة الصحية.
- تزويد المريض بالراحة.
- تزويد المريض ببيئة نظيفة وأنيقة.
- تزويد المريض بسرير غير مجعد أملس، مما يقلل مصادر تخريش الجلد.

الأدوات:

- شرشف كبير عدد /2/.
- شرشف صغير لتغطية ألبز.
- اليز.
- بطانية (اختياري).
- أغطية وسادة.
- سلة البياضات.
- قفازات استعمال مرة واحدة .

الإجراء:

U* لم يتم	S* تم	التعليق	الخطوات	
		لإعطاء العناية للمريض الصحيح	حدد المريض	1
		لتأكيد سلامة المريض، إضافة إلى استخدام ميكانيكية جسم مناسبة للمرض و المريض	تأكد من صحفية المريض أو وجود تحذيرات خاصة لحركة المريض أو وضعيته	2
		يمنع انتقال الأحياء الدقيقة	غسل اليدين و ارتداء القفازات	3
		يحفظ الوقت و الطاقة	اجمع الأدوات	4
		تنظيم الشرف غير المستخدم يحفظ الوقت و الطاقة	ضع الشرف التنظيف على كرسي المريض غير المستخدم، في نهاية السرير	5
		يسهل التخلص من الشراشف الملوثة	ضع سلة المهملات "البياضات" في مكان مناسب	6
		ينقص القلق، و يعزز التعاون	اشرح الإجراء للمريض	7
		للمحافظة على الخصوصية	اسحب الستائر حول المريض أو أغلق باب الغرفة	8
		للوصل السهل للسرير والشرف	أزل جرس النداء	9
		لتقليل الضغط على الظهر وضمان الأمان	رتب السرير بوضعية مريحة في العمل وثبته بالفرامل	10
		للحماية من السقوط	ساعد المريض بالدوران إلى طرف السرير البعيد و ارفع حاجز السرير في ذلك الجانب، رتب المخدات	11

		لجعل الشراشف سهلة التغيير	انزع كل الشراشف بدءاً من رأس السرير حتى نهايته من جانبك (جانب العمل)	12
		تأمين أفضل مساحة من الشراشف التنظيف	لف الشراشف المتسخة باتجاه وأسفل المريض. اثني (اطوي) حواف (أطراف) الشراشف السفلي فقط تحت أليتي المريض وظهره وأكتافه	13
		تساعد في العمل بشكل منظم	اطوي نصف الشراشف السفلي التنظيف بشكل طولاني بشكل قريب من المريض قدر الإمكان و اطوي الزوايا عند الرأس و من جانبك (جانب العمل)	14
		الشراشف الصغير فوق أليز يزيل التجمعات المهيجة والثنيات	ضع المشمع المبطن والشراشف بشكل طولاني من مركز السرير و اطويه بشكل ثابت	15
		لمنع السقوط	ساعد المريض على الدوران باتجاهك ورتب المخدات و ارفع حاجز السرير	16
		لتأمين الوصول السهل	تحرك باتجاه الجانب الآخر و انزل حاجز السرير	17
		لتقليل انتقال الميكروبات	أزل الشراشف المستخدمة وضعهم في سلة الغسيل	18
		لتأمين الراحة	اسحب الشراشف و المشمع المبطن و الشراشف الصغير بثبات	19
		لتأمين الراحة للمريض	امسك النهاية الراسية، زاوية الشراشف السفلي و اثنيه	20
		لتأمين الراحة للمريض	اطوي المشمع المبطن و الشراشف الصغير بثبات	21
		لتأمين الراحة للمريض	غير وجه المخدة و اعد وضعه في مركز السرير و ادر الجانب المفتوح بعيداً عن الباب	22
		لتأمين الراحة للمريض	ساعد المريض على الوضعية المريحة	23
		لتأمين الراحة للمريض	افرش الشراشف العلوي على المريض (يمكن أن تطلب من المريض أن يمسه عند إزالة الشراشف المستعملة). يمكن استعمال البطانية في حال الحاجة	24
		يساعد على عمل الثنية (الطية) بشكل سهل	اطلب من المريض أن يثني ركبته بلطف	25
		لحفاظ على راحة المريض	اطوي النهاية السفلية للشراشف العلوي و اثني الزوايا	26
		يجعل من السهولة على المريض سحب الشراشف	اثن الشراشف العلوي لعمل طوية	27
		لضمان امن المريض وراحته	ضع جرس النداء بمكانه المناسب و اعد السرير إلى الوضعية المريحة	28

		لتحسين الإحساس بالراحة وتقليل حركة المريض (إجهاده)	ضع الطاولة والسريير في مكان مناسب ورتب المتعلقات الخاصة بالمريض في مكان سهل الوصول إليه من جانب السريير	29
		لضمان الجاهزية للاستخدام التالي	اعد جميع الأدوات	30
		لمنع انتقال الميكروبات	غسيل الأيدي	31

* S: satisfactory; U: Unsatisfactory

تعليق المدرس: يؤدي في مختبر المهارات أو على المريض أو في المجتمع سجل عدد المحاولات التي ينفذها الطالب لانجاز مهارة بشكل تام.

التوقيع

اسم المدرس:

التاريخ:

ترتيب السرير الفارغ (Un-Occupied Bed Making)

* الأهداف العامة :

- في نهاية الإجراء سيكون الطلاب قادرين على :
- يعبر لفظياً عن الهدف من ترتيب السرير الفارغ
- يطبق تقنية ترتيب السرير الفارغ بشكل صحيح

*الأهداف الخاصة :

- لتعزيز الراحة
- لتأمين بيئة نظيفة و أنيقة
- لتأمين سرير فارغ أملس وغير مجعد ، مما يقلل مصادر تخرش الجلد

الأدوات :

- شرشف كبير عدد (2)
- شرشف صغير لتغطية أليز
- أليز
- بطانية (اختياري)
- مشمع
- غطاء وسادة
- سلة بياضات
- كرسي
- قفازات استعمال مرة واحدة (اذا كان الشرشف ملوث)

الإجراء :

م	الخطوات	التبرير	S* تم	U* لم يتم
1	تأكد من الأمر الطبي / لإمكانية وجود تحذيرات خاصة لحركة المريض أو وضعيته	لتأكيد سلامة المريض ، كذلك لاستخدام تقنية تحريك الجسم بشكل صحيح للمريض والممرضة		
2	اغسل يديك و ارتدي القفازات عند الضرورة	لتقليل انتقال الأحياء الدقيقة		
3	حضر الأدوات اللازمة	لحفظ الوقت والطاقة		
4	ضع الشرشف الجديد على كرسي المريض من أجل الاستخدام عند نهاية قدمي المريض في السرير وضع سلة المهملات في المكان الملائم	تجهيز الشرشف من أجل الاستخدام يحفظ الوقت و الطاقة ويمنع التأجيل		
5	0 اشرح الإجراء 0 ساعد المريض على مغادرة السرير	يعزز التعاون مع المريض		
6	0 ارفع السرير ليصبح مناسب لوضعية العمل 0 أبعد جرس التنبيه	يخفف الاجهاد على الظهر		
7	انزع كل الشرشفتين ابتداءً من رأس السرير وانتهاءً بنهاية السرير (قدمي السرير)	نزع الشرشفتين يسهل العمل		
8	لف جميع الشرشفتين الملوثتين باتجاه الداخل وضعها مباشرة في سلة البياضات (إلا إذا كان المريض معزولاً) 0 تجنب هز أو تحريك الشرشفتين	لمنع انتقال الأحياء الدقيقة		
9	0 ضع جميع الشرشفتين المطوية بطرف واحد من السرير قبل نقلهم إلى الطرف الآخر 0 ضع الطرف المطوي من مركز الطية في وسط السرير واتشرها على كامل الفرشة	تأكد من الطول الكافي لتغطية كامل الفرشة		

10	اثني (8-10 إنش) من الشرشف تحت رأس الفرشة 0 اصنع الزاوية بشكل زاوي	رأس الشرشف يجب أ، تكون مثنية للمحافظة عليه في مكانه
11	ضع المشمع على بعد (18 إنش) من رأس الفرشة و اثنها للداخل (أتمم كل الجهات)	لمنع نفوذية الماء إلى قاعدة الشراشف
12	ضع الأليز فوق الحافة العلوية للمشمع واثنه	لمنع تخرش الجلد
13	تحرك إلى الجانب الآخر من السرير، و طبق الخطوات من (11-14)	لحفظ الوقت والطاقة
14	ضع الشرشف العلوي على السرير و نصفه نحو الأعلى بحيث يكون خط التنية المنتصف عند منتصف السرير و حافته العلوية عند الحافة العلوية للفراش	
15	اصنع ثنية القدمين الأفقية و اثنها على النهاية السفلية	هذا يزود (حجرة) مكان إضافي لقدم المريض
16	ضع غطاء مخدة نظيف 0 ضع الوسادة وسط رأس السرير قالباً المكان المفتوح من الوسادة للخلف	للحفاظ على مظهر أنيق
17	للسرير غير المشغول / غطي المخدة بأعلى الشراشف 0 للسرير المشغول – اطوي أعلى الشراشف إلى الأسفل	
18	ضع جرس التنبيه بحيث يستطيع المريض الوصول إليه 0 أعد السرير إلى الوضعية السابقة المنخفضة	هذا يسهل مغادرة و عودة المريض إلى السرير ويعط أماناً أكثر
19	أعد طاولة السرير والكرسي إلى مكانه الملائم 0 نظم الحاجات الشخصية للمريض بحيث تكون سهلة الإستعمال و قريبة من المريض	البيئة الأنيقة / تعزز الإحساس الجيد لدى المريض وتقلل إجهاد المريض
20	أعد جميع التجهيزات إلى مكانها الملائم	لتأكيد جاهزيتها للإستعمال التالي
21	اغسل يديك	لمنع انتقال الأحياء الدقيقة

* S: satisfactory; U: Unsatisfactory

ملاحظات المدرب : (الأداء في مختبر المهارات ، في التطبيق على المريض ، في المجتمع)
- تسجيل عدد المحاولات التي أجراها الطالب للوصول إلى أداء المهارة بشكل تام –

اسم وتوقيع المدرب : ----- التاريخ / /