

دستورالعمل نحوه تعویض ملافه های تخت اشغال شده (پهلوی به پهلو)

با بیمار ارتباط برقرار کنید، خود را به بیمار معرفی کنید و هدف از انجام کار را برای وی توضیح دهید.



دستهای خود را بشویید و وسایل مورد نیاز را آماده کنید. (دو عدد ملافه بزرگ، یک عدد ملافه کوچک معمولی یا یکبار مصرف، یک عدد روتختی در صورت لزوم، یک عدد پتو در صورت لزوم، یک عدد روبالشی یا بیشتر بر حسب نیاز، ملافه بزرگ در صورت لزوم، دستکش یکبار مصرف در صورت لزوم)



حریم خصوصی بیمار را فراهم کنید.



وسایل را به ترتیب استفاده روی صندلی در پایین تخت قرار دهید در صورت امکان وسایل اضافی را از اطراف تخت بیمار خارج کنید.



چنانچه نرده های طرفین تخت بیمار بالا می باشد نرده طرف خود را پایین بیاورید در صورتی که نرده های طرفین تخت پایین است نرده طرف مقابل خود را بالا ببرید. در صورت احتمال آلوده بودن ملافه ها به ترشحات بدن، دستکش های یکبار مصرف را بپوشید. هر گونه لوله یا وسیله ای که به ملافه های تخت متصل می باشد با احتیاط جدا کنید. پوشش های رویی بیمار را بردارید. ملافه های قسمت پایین تخت را از زیر تشک بیرون آورید.



روتختی را سه تا کرده در روی صندلی قرار دهید در صورت کثیف بودن، آن را برای قرار دادن داخل کیسه ملافه های کثیف آماده کنید. پتو را سه تا کرده روی صندلی قرار دهید در صورت کثیف بودن آن را برای گذاشتن داخل کیسه ملافه های کثیف آماده کنید. در صورت آلوده بودن ملافه رویی از ملافه دیگری برای پوشاندن بیمار استفاده کرده، ملافه رویی را جمع کرده برای قرار دادن داخل روبالشی کثیف آماده کنید.



در صورت امکان بالش را از زیر سر بیمار بردارید و تخت را به حالت افقی در آورید. مجدداً پوششهای تخت را به ترتیب استفاده در روی صندلی مرتب کنید. در صورت امکان بیمار را در وضعیت به پشت خوابیده قرار دهید.



ملافه های زیرین بیمار را تعویض کنید: الف) تشک را به بالای تخت بکشید. ب) به بیمار کمک کنید تا به طرف مقابل تخت برگردد یا در حالت به پشت خوابیده به کنار تخت برود. ج) ملافه های زیرین را در قسمتی که ایستاده اید در پایین پهلو و بالا از زیر تشک بیرون آورده و بادبزی تا حد پشت یا پهلو بیمار تا بزنید. د) یکی از ملافه های بزرگ تمیز را در قسمت نیمه خالی تخت گسترده، نیمی از آن را به صورت بادبزی به زیر ملافه قبلی تا کنید. ه) ملافه تمیز را در قسمت بالای تخت به زیر تشک برده و گوشه بسازید سپس سراسر طول ملافه را در پهلو به زیر تشک ببرید. قسمت پایین ملافه زیرین را در قسمت پایین تخت به زیر تشک برده و گوشه بسازید. و) مشمع را که به صورت بادبزی جمع کرده بودید بر روی ملافه تمیز پهن کنید و به زیر تشک ببرید. ز) ملافه کوچک تمیز را بر روی مشمع گسترده و زیر تشک بزنید نیمه دیگر ملافه کوچک را به صورت بادبزی تا حد پشت یا پهلو بیمار تا کنید. (در صورت استفاده از ملافه کوچک یکبار مصرف آن را طبق دستور در وسط تخت قرار دهید)



ح) بیمار را به طرف قسمت تمیز تخت برگردانید. میله کنار تخت را بالا بزنید. ط) به طرف دیگر تخت بروید و میله کنار تخت را پایین بیاورید. ی) ملافه های قبلی را از زیر تشک بیرون بیاورید و داخل روبالشی کثیف بیاندازید. ک) ملافه تمیز بزرگ زیرین را به طرف خود کشیده، در بالا و پایین گوشه بسازید. ل) در صورت استفاده از مشمع و ملافه کوچک آن را محکم به طرف خود کشیده و به زیر تشک بزنید.



بیمار را در وضعیت مناسب در مرکز تخت قرار دهید. بالش را در روبالشی گذاشته و زیر سر بیمار قرار دهید. پوششهای روئی بیمار را تعویض کنید: الف) ملافه تمیز دیگر را باز کرده روی بیمار بیاندازید، به طوری که ۲۵ سانتیمتر از بالای شانه بیمار اضافه داشته باشد. ب) ملافه قبلی را با ملایمت از زیر ملافه تمیز بیرون بیاورید و داخل روبالشی کثیف بیاندازید. ج) پتو را طوری روی بیمار بیاندازید که شانه های او را بپوشاند. د) در قسمت پایین پای بیمار، پتو و ملافه رویی را خیلی افقی یا عمودی بدهید تا بیمار به راحتی بتواند انگشتان پای خود را تکان دهد. ه) روتختی را به ترتیبی بر روی بیمار قرار دهید که از قسمت بالا ۵ سانتیمتر به زیر پتو تا شود. و) ملافه رویی را مانند سر دست بر روی پتو و روتختی برگردانید. ز) در قسمت پایین تخت، روتختی، پتو و ملافه رویی را با هم به زیر تشک برده و گوشه بسازید، دقت کنید که پای بیمار تحت فشار نباشد. ح) به طرف مقابل تخت رفته به همان ترتیب عمل کنید. آسایش و راحتی بیمار را فراهم کنید: الف) هر گونه لوله یا وسیله ای را که قبلاً از ملافه های تخت جدا کرده بودید مجدداً متصل نمایید. ب) زنگ اخبار را در دسترس بیمار قرار دهید. ج) میله های کنار تخت را بالا بزنید. د) وسایل مورد نیاز بیمار را در دسترس او قرار دهید. واحد بیمار را مرتب کرده، ملافه های کثیف را بیرون ببرید. دستها را بشویید.

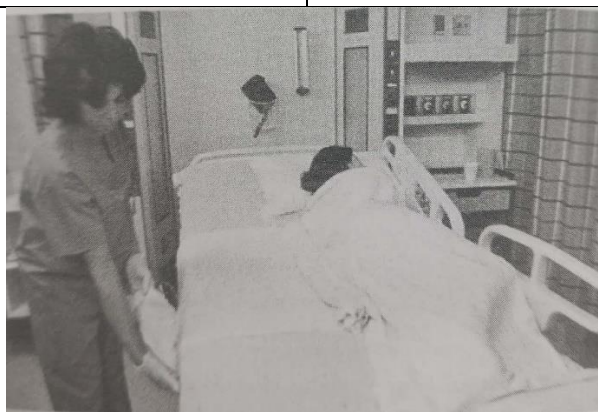
تصاویر مربوط به دستورالعمل نحوه تعویض ملافه های تخت اشغال شده (پهلوی به پهلوی)



۲- نحوه قرار دادن ملافه بزرگ زیرین بر روی نیمه خالی تخت



۱- تا کردن ملافه های کشیف به صورت بادبزنی تا نزدیک بدن بیمار



۳- نحوه قرار دادن ملافه کوچک بر روی تخت