



حمل بیمار در بیمارستان

مقدمه :

حمل بیمار در بیمارستان همیشه یک مشکل برای کار درمانی و پرستاران به حساب می آید ولی امروزه ابزار های ارگونومیک زیادی در این زمینه طراحی شده است علاوه بر این تغییر حالت کسی که در بستر دراز کشیده به حالت نشستی و یا زمان انتقال فرد از تخت بر روی صندلی چرخدار و وقتی برای مراقبت از فرد دراز کشیده پرسنل مجبور هستند برای مدتی روی او خم شوند کمر تحت فشارهای زیادی قرار می گیرد .

در این موارد باید به نکات زیر توجه کنید :

- ۱- امتداد طبیعی سرو گردن و ستون مهره ها همیشه حفظ شود .
- ۲- حین حمل و جابجایی بیمار ، کمر از زاویه طبیعی خود خارج نشود .
- ۳- کسی را که جابجا می کنید کاملا نزدیک خود نگه دارید .
- ۴- به منظور حفظ تعادل در حین جابجایی بیمار ، پاها به اندازه عرض شانه باز نگه داشته شود تا تعادل بدن حفظ شود
- ۵- برای بلند کردن یا کشیدن فرد ، از عضلات پاها استفاده شود نه از عضلات کمر
- ۶- اگر بیمار خیلی سنگین است از کمک دیگران استفاده شود .

نحوه تغییر حالت بیمار از دراز کش به حالت نشسته :

- ۱- یکی از دستان زیر ساق های بیمار و دست دیگر زیر کمر او قرار داده شود .

۲- ساق ها و ران های بیمار ار به کنار تخت چرخانده شود و در همان حال با دست دیگر تنه او را هم در جهت عکس چرخانده شود به گونه ای که بیمار در کنار تخت بنشیند .

نحوه تغییر حالت بیمار از حالت نشسته به حالت ایستاده :

- ۱- ایستادن مقابل بیمار
- ۲- باز کردن پاها به اندازه عرض شانه خم کردن زانوها و حفظ حالت مستقیم زاویه کمر
- ۳- قرار دادن پاهای بیمار روی زمین در این حالت دست های بیمار باید روی تخت و یا روی شانه کسی که در حال جابجا کردن بیمار است قرار داده شود .
- ۴- بازوها دور کمر بیمار حلقه شود و انگشتان دست در پشت بیمار به هم گره زده شود .
- ۵- بیمار به سمت بدن فرد کشیده شود و سپس به سمت عقب خم شود و وزن کاملا به روی پاها انداخته شود .

کشیدن بیمار به بالای تخت :

- ۱- بعد از پایین آوردن سر تخت و برداشتن تمام بالش ها بیمار را به طرف لبه تخت ، نزدیک خودتان حرکت دهید .
- ۲- چنانچه بیمار قادر به همکاری نمی باشد دست های او را روی سینه گذاشته و از او بخواهید تا گردن خود را خم کرده سر را بالا بیاورد .
- ۳- نزدیک بالای تخت رو به پایین بایستید . آرنج ها را روی تشک تکیه دهید بطوری که ۱ دست زیر باسن و دست دیگر در زیر پشت بیمار قرار گیرد.

- ۴- حرکات خود را با کوشش بیمار هماهنگ کنید درحالی که بیمار پاشنه های خود را بر روی تشک فشار داده و از بازوان خود کمک می گیرد . ، او را به طرف بالا بکشید .

- ۵- بیمار را به مرکز تخت حرکت دهید با استفاده از بالش بالا آوردن سر تخت آسایش او را فراهم کنید .

حرکت دادن بیماران نا توان یا سنگین وزن به بالای تخت توسط ۲

مراقب :

دو مراقب در طرفین تخت بیمار قرار گرفته ، با رعایت وضعیت صحیح بدنی خود ، دست ها را با گرفتن ساعد یکدیگر به هم قفل می کند . سپس درحالی که دست ها در زیر ران ها و شانه های بیمار قرار دارند وی را به طرف بالا حرکت می دهند .

حرکت دادن بیمار به بالای تخت توسط ۲ مراقب با استفاده از

ملحفه :

- ۱- یک ملحفه کوچک را زیر بیمار از ناحیه شانه ها تا ران ها پهن کنید . دو پرستار در طرفین تخت بیمار قرار گرفته ، لبه های ملحفه را در داخل دست خود تا نزدیک بدن بیمار جمع می کنند . دقت کنید یک دست شما قسمت بالای ملحفه در نزدیک نشانه و دست دیگر در قسمت پایین ملحفه را در نزدیک باسن بیمار گرفته باشد . (استفاده از ملحفه موجب توزین وزن بیمار و در نتیجه ایجاد فشار کمتر در حین حرکت می شود و از صدمه پوستی بیمار در اثر کشیده شدن بر روی ملحفه پیشگیری می کند .

- ۲- از بیمار بخواهید لگن و زانو ها را خم کرده ، کف پاها را روی تشک فشار دهد . در این حالت باید دست های بیمار بر روی سینه قرار داشته باشد .

- ۳- دو مراقب همزمان با کوشش بیمار و با استفاده از ملحفه او را به بالای تخت حرکت می دهند .

- سر تخت را در حد تحمل بیمار پایین بیاورید . چرخ های تخت را قفل کنید . در صورت امکان ارتفاع تخت را متناسب با مرکز ثقل خود تنظیم کنید . بالش های اضافی را بردارید .
- نزدیک تخت در جهتی که بیمار قرار است حرکت داده شود در مجاورت قفسه سینه بیمار بایستید
- دست بیمار را که نزدیک به شماست روی قفسه سینه بیمار قرار دهید .



حمل بیمار در بیمارستان

در صورت تمایل جهت استفاده از خدمات مشاوره تخصصی ، سوختگی و ترمیمی از روش های زیر استفاده نمایید .

۱- ایمیل : amiralmomeninbh@sums.ac.ir

۲- سایت : amiralmomeninbh.sum.ac.ir

۳- سامانه پیامک بیمارستان: ۰۹۹۱۲۰۶۴۳۲۷

- وضعیت صحیح بدنی خود را حفظ کنید .
 - به روش زیر سر و تنه بیمار را حرکت دهید .
- الف : دست های خود را در حالی که کف آن ها به طرف بالا قرار دارد نزدیک به یکدیگر زیر شانه بیمار قرار دهید .
- ب : انگشتان خود را در حالی که ساعدهایتان روی تخت قرار دارد دور شانه دورتر بیمار حلقه کنید .
- ج : در صورتیکه بیمار قادر به کنترل سر خود نمی باشد سر او را روی ساعد خود تکیه دهید .
- د : درحالی که عضلات شکم ، باسن ، ران ، دست های خود را منقبض کرده اید ، وزن خود را روی پاها جابه جا کنید شانه های بیمار را به طرف خود بکشید .
- ۶- در مرحله بعد یک دست خود را زیر کمر و دست دیگر را زیر باسن بیمار قرار داده و این قسمت از بدن را به طرف خود بکشید
- ۷- در مرحله سوم برای حرکت دادن پاهای بیمار یک دست خود را زیر زانوان بیمار و دست دیگر را زیر مچ های پاهای بیمار قرار داده و پاهای بیمار را به طرف خود بکشید .

واحد آموزش به بیمار	تهیه کننده
سرکار خانم دکترراضیه پیرزاد-متخصص طب فیزیکی و توانبخشی	تأیید کنندگان علمی
آقای ع فرمانی - سوپروایزر آموزشی آ م بیات - سوپروایزر آموزش به بیمار	ناظران کیفی
W-PE-053-R01	شماره سند
اردیبهشت ۱۴۰۴	ویرایش دوم
کتاب وسایل کمک حرکتی و توان بخشی	منابع