

دستورالعمل (Instruction)

کد سند : INS-CC-42	عنوان دستورالعمل : مراقبت و درمان به بیماران سالمندان و بیماران مقیم مراکز نگهداری با شیوه ایمن		
شماره ویرایش : پنجم	تاریخ بازنگری : آبان ماه 1401	تاریخ ابلاغ : آذر ماه 1401	تاریخ تدوین : 95/8/10

کام‌های دقیق انجام عملیات (حالت افعال به کار برده شده امری (دوم شخص جمع) باشد جملات ساده - کوتاه - مختصر) :

1. بیماران را به صورت فعال شناسایی کنید.
2. فرم ارزیابی اولیه را برای بیمار تکمیل کنید.
3. هر گونه احتمال سوء رفتار با سالمندان را به مددکار اجتماعی یا روانشناس گزارش کنید.
4. مراقبت‌ها را به صورت تیمی با همکاری تمام اعضای تیم شامل پزشک، پرستار، کمک بهیار و در صورت نیاز مددکار اجتماعی و روانشناس طراحی کنید و با فرد یا موسسه ای که مسئولیت نگهداری از سالمند را بر عهده دارد هماهنگ شوید.
5. در مورد سیستم قلبی مرحله بندی فعالیت‌ها بر اساس اولویت، اجتناب از سیگار، داشتن رژیم کم نمک و کم چرب، اندازه گیری منظم فشار خون، رعایت دستورات دارویی و کنترل وزن را آموزش دهید و بر اجرای آنها نظارت نمایید.
6. در مورد سیستم تنفسی ورزش منظم و اجتناب از سیگار و مصرف مایعات کافی برای رقیق کردن ترشحات و اجتناب از قرار گیری در معرض عفونت دستگاه تنفسی فوقانی و پنومونی را آموزش دهید.
7. در مورد پوست با آموزش به محدود کردن قرار گیری در برابر آفتاب به 10 تا 15 دقیقه در روز برای کسب ویتامین D مورد نیاز، استفاده از لباس‌های مناسب و کرم‌های ضد آفتاب، توصیه به دوش گرفتن به جای استفاده از وان، چرب نگه داشتن پوست با لوسیون‌های حاوی وازلین یا روغن‌های معدنی انجام دهید. از نظر زخم فشاری مراقبت لازم را به عمل آورید.
8. مراقبت از دستگاه اسکلتی و عضلانی با انجام ورزش منظم، مصرف غذاهای حاوی فسفر و کلسیم کافی و ویتامین D را طبق تجویز پزشک، ادامه دهید.
9. در مورد دستگاه ادراری تناسلی با آموزش به نوشیدن مایعات کافی در طی روز با محدودیت از عصر به بعد، اجتناب از نوشیدنی‌های کافئین دار و الکل، تخلیه کامل مثانه و کم کردن فواصل بین تخلیه ادرار، پوشیدن لباس‌هایی که به راحتی خارج می شوند و انجام ورزش‌های مربوط به کف لگن، مدیریت کنید.
10. در مورد مراقبت از دستگاه گوارش با آموزش به دهان شویه، مسواک و نخ دندان زدن، ماساژ روزانه لثه ها، مصرف غذا به دفعات مکرر و مقدار کم، محدود کردن استفاده از آنتی اسیدها، خوردن غذاهای سرشار از فیبر و کم چرب و محدود کردن مصرف ملین و برنامه رفتن به توالت به- صورت مرتب و مصرف مایعات کافی مدیریت کنید.

11. در مورد کاهش حجم مغز و جریان خون مغزی را با مرحله بندی آموزش ها، تشویق به عیادت های مکرر از بیمار توسط ملاقاتی ها، تمرین معیارهای پیشگیری از سقوط و تمرین به آهستگی از حالت خوابیده به حالت نشسته در آمدن و وجود همراه 24 ساعته (در صورت امکان و با توجه به مقررات بخش) بر بالین بیماری که دمانس دارد، مدیریت کنید.
 12. در مورد مشکلات حس بینایی باید توصیه به عینک طبی زدن، استفاده از عینک آفتابی هنگام خروج از منزل، روشنایی متناسب اتاق، استفاده از چراغ خواب، مطالعه کتاب با حروف درشت، استفاده از ذره بین برای مطالعه، خودداری از رانندگی در شب نمایید.
 13. در مورد حس شنوایی توصیه به معاینات دوره ای شنوایی، کاهش صداهای زمینه ای، صحبت با فرد از روبرو، صحبت کردن به صورت کامل و واضح و شمرده و با فرکانس پایین و استفاده از علایم غیر کلامی استفاده کنید.
 14. مشکلات خواب افراد مسن را شناسایی کنید. فاکتورهای موثر بر کیفیت خواب افراد مسن شامل مشکلات تنفسی حین خواب، شب ادراری، درد، آرتروز استخوانی، نارسایی قلبی، آلرژی، آلزایمر، افسردگی، انزوای اجتماعی، دمانس، مصرف دارو و زندگی در خانه سالمندان است که خواب ناکافی منجر به گیجی و کاهش قدرت شناخت و افزایش خطر سقوط از تخت و خستگی در طول روز و کاهش سلامت جسمی و روحی می شود. بنابراین عادت های قبل از خواب فرد را بررسیید و مشکلات موجود را حل کنید و با حفظ امنیت بیمار، خواب آرام و راحت را برای وی مهیا کنید.
 15. محیط زندگی فرد را ایمن کنید. استفاده از بدساید، وسایل کمک حرکتی مثل ویلچر و واکر، استفاده از نرده در حمام برای جلوگیری از لیز خوردن فرد، استفاده از صندلی حمام برای جلوگیری از زیاد سر پا ماندن فرد، چیدمان مناسب اتاق و جلوگیری از شلوغی محیط و تمامی اقدامات مناسب با توجه به ناتوانی های فرد سالمند برای حفظ امنیت وی را انجام دهید .
 16. به پلی فارمسی توجه کنید و آموزش های لازم را انجام دهید و نظارت مستمر بر عوارض ناخواسته دارویی داشته باشید.
 17. به افسردگی و زمینه های آن در فرد توجه کنید. نشانه های افسردگی مثل احساس بی ارزش بودن، اختلالات اشتها همراه با کاهش یا افزایش وزن، خستگی، اختلالات خواب، بیقراری و فکر کردن درباره خودکشی را شناسایی کنید و با پزشک معالج مشورت کنید.
- منابع :** کتاب مفاهیم بیوفیزیکی و روانی اجتماعی برونر و سودارث ، مراقبتهای ویژه پرستاری تلان 2018، مراقبتهای پرستاری کوزیر 2018، تجارب شغلی در حرفه پرستاری .
- امکانات مرتبط:** تخت با بدساید مطمئن، وسایل کمک حرکتی مثل ویلچر و واکر، همراه بیمار
- کارکنان مرتبط :** پرستاران، پزشکان، همه ارایه دهندگان خدمات سلامت به سالمندان در مراکز نگهداری سالمندان مانند سرای سالمندان و مراکز درمانی مانند بیمارستان ها

نام و نام خانوادگی و سمت تهیه کننده/تهیه کنندگان :		نام و نام خانوادگی و سمت تأیید کننده :	نام و نام خانوادگی و سمت تصویب کننده :
سمیرا قویمی سرپرستار بخش پیوند کلیه	واحد علایی سوپروایزر آموزشی	مهناز داوری کارشناس هماهنگ کننده ایمنی بیمار	دکتر حبیب افضلی فرد متخصص طب فیزیکی
	دکتر احد اعظمی فوق تخصص روماتولوژی		
دکتر امیر احمد عرب زاده رئیس مرکز			