



ایمن سازی منزل - آشپزخانه

کلیک کنید PDF برای فایل

به کانال تلگرام ما به پیوندید



احمد برای پر کردن مجدد لیوان چای خود وارد آشپزخانه شد. پدر بزرگ وسط آشپزخانه ایستاده بود. ریش و سبیل وی آغشته به ماده سبزرنگی بود. احمد با نگرانی از پدر بزرگ سوال کرد که چه خورده است. پدر بزرگ به آرامی بطری خالی مایع نرم کننده لباس را نشان داد.

### نگهداری بیماران دمانس در منزل

بیماران مبتلا به دمانس، مادامی که نیازهای ایمنی آنان مورد توجه قرار گیرد و تأمین شود، می توانند در منزل خود زندگی کنند. با پیشرفت بیماری، توانایی ها و نیازهای بیمار نیز تغییر می کند. با خلاقیت و برنامه ریزی می توانید تا حد زیادی منزل بیمار را برای مقابله با این تغییرات از پیش آماده کنید.

به تغییراتی که در بیمار در کحال شکل گیری است توجه کنید

بیماری دمانس تغییرات مختلفی در مغز، حواس پنجگانه، و فیزیکی بدن بیمار ایجاد می کند که بر ایمنی وی اثر می گذارند. شرح کلی این تغییرات را در مقاله [ایمنی منزل](#) - کلیات مطالعه کنید.

## اقدامات ایمنی آشپزخانه

آشپزخانه از مکانهای مورد استفاده مستمر بیمار به شمار می آید. بنابراین آشپزخانه برای ایجاد حادثه برای بیماران دمانس، خصوصاً در دوران اول بیماری که بیمار توان کار و فعالیت دارد و هنوز حادثه ای اتفاق نیفتاده است، از هر جای دیگر منزل بیشتر است .

جمع و جور کردن آشپزخانه و از دسترس دور کردن وسایل و مواد خطرناک نایبستی کار اضافی تلقی شود یا به تعویق بیفتد. انجام این کار لازم است چونکه عواقب استفاده نادرست بیمار از مواد و ابزار آشپزخانه می تواند آسیب های بسیار سنگین، و گاهی اوقات جبران ناپذیر، برای بیمار و خانواده ی او به وجود بیاورد. اقدامات زیر می تواند در کم کردن احتمال بروز خطر مؤثر باشد:

### اجاق گاز و خطر آتش سوزی

- شیر اصلی گاز بایستی در تمامی اوقات که از اجاق گاز استفاده نمی شود بسته باشد. بیمار ممکن است در ساعات شبانه یا تنهایی، اجاق گاز را روشن کند.
- خطر نشت گاز و انفجار برای اجاق گازهایی که با فنیک یا کبریت روشن می شوند به مراتب بیشتر از نوع پیلوتی است چون بیمار ممکن است شیر گاز را باز کند و روشن کردن آنرا فراموش کند.
- آشپزخانه را به هشدار دهنده آتش سوزی و گاز منواکسیدکربن مجهز کنید. در بازه های زمانی معین، مثلاً هر ماه یک بار، درستی و آماده به کار بودن این هشدار دهنده ها را آزمایش کنید.
- آشپزخانه را به کپسول خاموش کننده آتش مجهز کنید و آنرا در جای مناسبی که به راحتی قابل دسترسی باشد نصب کنید.
- استفاده از کپسول را به تمام افراد منزل آموزش دهید. از آماده به کار بودن کپسول در بازه های زمانی معین اطمینان حاصل کنید.

### ابزار و مواد خطرناک

- ابزار خطرناک آشپزخانه از جمله کارد، ساطور، چکش، قیچی و امثال آن را در جای مطمئن و خارج از دسترس بیمار نگهداری کنید. در صورت امکان محل نگهداری آنها را به قفل مجهز کنید.
- مواد شوینده و پاک کننده را دور از دسترس و در جای امن و قفل دار نگهداری کنید. بعضی از این مواد سمی هستند. بارها اتفاق افتاده است که بیمار این نوع مواد را خورده و در نتیجه به اورژانس منتقل شده است.

### ایمن سازی لوازم برقی و کابینت ها

- دوشاخه وسایل برقی را از پریز خارج کنید و لوازم برقی را از دسترس بیمار دور کنید.

- در صورت امکان، برق پریرهای آشپزخانه را مجزا کنید که بتوانید جریان برق پریرها را در زمانی که مورد نیاز نیستند قطع کنید.
- در صورت امکان، دربهای کابینت را از نوع کشویی انتخاب کنید یا با نصب فنر پشت دربها، باعث شوید به صورت خودکار بسته شوند. دربهای باز کابینت می توانند برای بیمار حادثه آفرین و خطرناک باشند.

### استفاده از آشپزخانه را آسان کنید

- روی کشوها و درهای کابینت عکس هایی بچسبانید که نمایانگر محتویات آن باشد. مثلاً کشوی قاشق و چنگال را با عکسی از قاشق و چنگال زینت بخشید یا برچسبی روی آن نصب کنید و کلمات قاشق و چنگال را روی آن بنویسید.
- لوازم و موادی را که بیشتر ممکن است مورد استفاده بیمار باشند در کابینت هایی که درب شیشه ای دارند قرار دهید تا او بتواند به راحتی آنها را پیدا کند.
- دستگیره باز کردن کابینت ها و کشو ها را از رنگی متفاوت با رنگ کابینت ها انتخاب کنید که دیدن آن برای بیمار آسانتر باشد.

مطالب این مقاله جایگزین مشاوره شخصی و خصوصی خواننده با اشخاص ذیصلاح و متخصص در رشته های حرفه ای آنها از جمله پزشکان، روانشناسان، حقوقدانان، و سایر حرف مربوطه نیست. توصیه میشود همواره، برای هر مورد بخصوص که با آن روبرو هستید، با متخصص مربوطه مشورت نمایید.

### مراجع و منابع

وبسایت آلزایمر کرمان

وبسایت آلزایمر ایران

ایمنی در منزل، وبسایت انجمن آلزایمر ایران

ایمنی منزل، وبسایت انجمن آلزایمر آمریکا

تغییرات در منزل، وبسایت کتابخانه مراقبین آمریکا

بروشور ایمن ماندن، انجمن آلزایمر آمریکا

روش های مطلوب ایمنی، دمانس و کم بینایی

بروشور روشهای مطلوب ایمنی، دمانس و کم بینایی