

راهکارهای عملی مراقبت – وسایل آسایش و ایمنی

بار اصلی سازشگری با بیماری دمانس(فرسایش مغز) و ایجاد بهترین کیفیت زندگی برای بیمار، بر عهده مراقب اصلی او می باشد. اگر در طول بیماری، تصمیمات با بررسی دقیق و کامل گزینه ها گرفته شوند، آسایش و ایمنی بیمار و مراقب او را به دنبال می آورند. در این مقاله، توصیه های کاربردی مختلفی را که در نتیجه تجربه مراقبین بیشمار بدست آمده است، برای آسانتر شدن کار شما، جمع آوری کرده ایم.

ویلچر¹

ویلچر، یکی از وسایل لازم مراقبت برای نقل و انتقال بیمار در مراحل میانی و پایانی بیماری است. ویلچری تهیه کنید که از آلیاژی سبک ساخته شده باشد تا بتوانید آن را به آسانی تا نموده بلند نمایید و در صندوق عقب اتومبیل قرار دهید. چرخ ها و رکاب های ویلچر بایستی به راحتی جدا شوند تا آسان تر قابل حمل باشد.

تخت بیمارستانی

توصیه می شود برای مراحل میانی و پایانی بیماری که بیمار مدت زمان بیشتری در تخت خواب بسر می برد، برای او تخت بیمارستانی تهیه کنید. فواید داشتن تخت بیمارستانی بشمارند از جمله به شما امکان می دهد کارهای زیر را به آسانی انجام دهید:

- برای خوراندن مایعات و غذا می توانید پشت تخت را تقریباً به حالت عمودی درآورده عمل تغذیه بیمار را در تخت انجام دهید.
- هر زمان که بیمار مشکل تنفسی داشته باشد، با بالا آوردن پشت تخت، سر و سینه او را در زاویه حدوداً ۳۰ درجه قرار داده و به راحت تر شدن تنفس او کمک نمایید.
- در زمان پایین آمدن یا بالا رفتن بیمار از تخت، با تنظیم ارتفاع تخت، به نقل و انتقال ایمن او کمک کنید.
- در زمان ماساژ دادن و حمام کردن بیمار در تختخواب، با تنظیم ارتفاع تخت، کار مراقب را آسانتر نموده و از خطر آسیب رسیدن به کمر او بکاهید.

¹ Wheelchair

- در تخت بیمارستانی مناسب، عمل کم و زیاد کردن ارتفاع تخت و همچنین بالا بردن و پایین آوردن پشت و سر بیمار با موتور برقی یا هندل دستی انجام می گیرد.

پلکان و سطح شیب دار

اگر راه خروج از منزل شما و راه دسترسی به حیاط دارای پله است، آنها را به سطح شیب دار مجهز کنید. دیر یا زود برای خروج از منزل یا گردش در حیاط به ویلچر نیاز خواهید داشت و لازمه ی استفاده از آن، وجود سطح شیب دار است. مقاله ایمن سازی منزل را مطالعه کنید.

جلوگیری از زندانی شدن بیمار

کلون در دستشویی و حمام و سایر مکان هایی که ممکن است بیمار در را از داخل ببندد و از باز کردن آن ناتوان باشد، به کلی حذف کنید. بیمار ممکن است کلون را ببندد و فراموش کند چگونه آن را باز نماید و در نتیجه ساعت ها مضطرب و نگران بماند تا شما راهی برای باز کردن در پیدا کنید.

خروج بیمار از منزل

بیمار ممکن است در ساعات غیر معمول و بدون توجه به وضعیت هوا با لباس نامناسب از منزل خارج شده و گم شود. بهترین راهکار، قفل کردن درب منزل و پنهان کردن کلید آن است. بالای سایر درها، آویزه هایی مجهز به زنگوله نصب کنید که شما را از خروج بیمار آگاه نماید. مقاله تغییرات رفتاری-سرگردانی و گم شدن را مطالعه کنید.

آدرس و شماره تلفن ضروری برای بازگشت بیمار

کارت کوچکی تهیه کنید و نام و آدرس منزل و تلفن مراقب بیمار را در آن یادداشت کنید. پشت کارت مختصری راجع به بیماری های عزیزتان بنویسید. این کارت را لامینت کنید و در کیف یا جیب بیمار قرار دهید تا در صورت گم شدن، راهکار مناسبی برای بازگشت و اطلاع رسانی به مراقب او باشد.

بالش بیمار به شکل بوم رنگ

به تجربه ثابت شده است که مناسب ترین بالش برای بیمار به شکل بوم رنگ است. بالش بوم رنگ هم تکیه گاه مناسبی برای سر بیمار و هم برای شانه های او می باشد. در صورتی که نتوانستید این نوع بالش را در فروشگاه های کالای پزشکی بیابید آن را مطابق شکل زیر طراحی کنید و بدوزید و با الیاف مناسب پر کنید. زیپ را در ضلع بیرونی بدوزید تا عوض کردن روکش آسان باشد.



www.dardajohna.ir