

นโยบายการดูแลความสะอาดสุขสบายของผู้ป่วย

1.0 วัตถุประสงค์

- 1.1 เพื่อให้ร่างกายผู้ป่วยสะอาด รู้สึกสดชื่น
- 1.2 เพื่อส่งเสริมการมีสุขภาพที่ดี
- 1.3 เพื่อลดเชื้อโรค ป้องกันการเกิดโรค
- 1.4 เพื่อให้ความช่วยเหลือผู้ป่วยกรณีผู้ป่วยอยู่ในภาวะที่ไม่สามารถดูแลความสะอาดได้ด้วยตนเอง
- 1.5 เพื่อให้ผู้ป่วยมีความสุขสบาย

2.0 ขอบเขต

- 2.1 ผู้ป่วยทุกคนที่เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล
- 2.2 ผู้ป่วยที่อยู่ในภาวะที่ไม่สามารถดูแลความสะอาดได้ด้วยตนเอง

3.0 คำจำกัดความ

การดูแลความสะอาดสุขสบายช่วงเช้าตรู่ (early morning care) : การช่วยเหลือดูแลให้ผู้ป่วยได้ล้างหน้า แปรงฟัน เข้าห้องน้ำ หลังการตื่นนอน เพื่อให้ผู้ป่วยรู้สึกสดชื่นก่อนที่จะรับประทานอาหารเช้า

การดูแลความสะอาดสุขสบายช่วงเช้า (morning care; a.m. care) : การช่วยเหลือดูแลผู้ป่วยให้ร่างกายสะอาด รู้สึกสบาย ภายหลังจากรับประทานอาหารเช้า ประกอบด้วย การดูแลความสะอาดภายในช่องปากโดยการบ้วนปาก หากผู้ป่วยใส่ฟันปลอมที่สามารถถอดออกได้ให้ถอดออกมาทำความสะอาด การอาบน้ำ การนวดหลัง การสระผม การเปลี่ยนผ้าปูเตียง การดูแลสิ่งแวดล้อม การดูแลเรื่องการขับถ่าย หากผู้ป่วยสามารถลุกเข้าห้องน้ำได้เองแต่มีความเสี่ยงที่จะเกิดการพลัดตกหกล้ม เช่น ผู้ป่วยสูงอายุ ผู้ป่วยที่มีอาการอ่อนเพลีย เป็นต้น พยาบาลเป็นผู้พาผู้ป่วยไปห้องน้ำด้วยความระมัดระวัง มิให้เกิดอุบัติเหตุ หากผู้ป่วยไม่สามารถลุกเข้าห้องน้ำได้เองให้จัดหาอุปกรณ์ที่ใช้ในการขับถ่ายอย่างเหมาะสมสำหรับผู้ป่วยแต่ละราย และดูแลให้พักผ่อนอย่างสุขสบาย และปลอดภัย

การดูแลความสะอาดสุขสบายช่วงบ่าย (afternoon care; p.m. care) : การช่วยเหลือดูแลผู้ป่วยให้รู้สึกสุขสบายภายหลังจากรับประทานอาหารกลางวัน ประกอบด้วย การล้างมือ การดูแลความสะอาดภายในช่องปาก การพาเข้าห้องน้ำ การดูแลผ้าปูเตียงให้สะอาด แห้ง เรียบตึง การจัดท่านอนให้ได้รับความสุขสบาย

การดูแลความสะอาดสุขสบายช่วงก่อนนอน (hour of sleep care; h.s. care) : การช่วยเหลือดูแลผู้ป่วยให้รู้สึกสุขสบาย สดชื่น ก่อนการพักผ่อนนอนหลับ ประกอบด้วย การล้างมือ การล้างหน้า การทำความสะอาดภายในช่องปาก การพาเข้าห้องน้ำ การนวดหลัง การดูแลเสื้อผ้าที่สวมใส่และผ้าปูเตียงให้สะอาด แห้ง เรียบตึง จัดท่านอนให้ได้รับความสุขสบาย ปลอดภัย วางอุปกรณ์ตามที่ผู้ป่วยต้องการในตำแหน่งที่ผู้ป่วยสามารถหยิบใช้งานได้สะดวก

การดูแลความสะอาดสุขสบายตามความต้องการ (as needed care; p.r.n. care) : การช่วยเหลือดูแลผู้ป่วยให้รู้สึกสุขสบายในระหว่างวันตามที่ผู้ป่วยต้องการ หรือตามสภาพความเจ็บป่วยของผู้ป่วยแต่ละราย

4.0 หน้าที่และความรับผิดชอบ

- 4.1 พยาบาล ผู้ช่วยพยาบาล รับผิดชอบ วางแผนกิจกรรมประจำวันในการดูแลความสะอาดร่างกายของผู้ป่วย และปฏิบัติตามแผน

4.2 พนักงานผู้ช่วยเหลือคนไข้ รับผิดชอบ เตรียมอุปกรณ์และร่วมปฏิบัติกิจกรรมประจำวันในการดูแลความสะอาดร่างกายของผู้ป่วย

4.0 ขั้นตอนการปฏิบัติงาน

5.1 แจ้งให้ผู้ป่วยทราบก่อนการปฏิบัติการพยาบาล

5.2 การเช็ดตัวให้ผู้ป่วย

5.2.1 เช็ดตัวให้ผู้ป่วยขณะผู้ป่วยอยู่บนเตียง ในกรณีที่ผู้ป่วยต้องนอนอยู่บนเตียงจากพยาธิสภาพของโรค ถูกจำกัดการเคลื่อนไหว หรือไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้

5.2.1.1 เช็ดตัวให้ทุกส่วน (complete bed bath) สำหรับผู้ป่วยที่สามารถช่วยเหลือตนเองได้บ้าง แต่ไม่สามารถลุกจากเตียงได้

5.2.1.2 เช็ดตัวให้เฉพาะส่วนที่ผู้ป่วยไม่สามารถเช็ดได้เอง (partial bed bath)

5.2.2 จัดสภาพแวดล้อมให้มิดชิดโดยการปิดประตู ปิดหน้าต่าง กั้นม่าน ไม่เปิดเผยร่างกายเกินจำเป็น โดยใช้ผ้าคลุมร่างกายขณะเช็ดตัวให้

5.2.3 ยกРАВกันเตียงด้านที่ไม่มีพยาบาลอยู่ขึ้นทุกครั้ง โดยเฉพาะในผู้ป่วยเด็ก ผู้สูงอายุ ผู้ป่วยไม่รู้สีกตัว หรือสับสน

5.2.4 เช็ดตัวให้ผู้ป่วยอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง

5.3 การดูแลความสะอาดปากและฟัน

5.3.1 ดูแลความสะอาดปากและฟันช่วงเช้าน (early morning care) หลังการตื่นนอน

5.3.2 ดูแลความสะอาดปากและฟันช่วงเช้า (morning care; a.m. care) หลังรับประทานอาหารเช้า

5.3.3 ดูแลความสะอาดปากและฟันช่วงบ่าย (afternoon care; p.m. care) หลังรับประทานอาหารกลางวัน

5.3.4 ดูแลความสะอาดปากและฟันช่วงก่อนนอน (hour of sleep care; h.s. care) ก่อนการพักผ่อนนอนหลับ

5.3.5 ผู้ป่วยที่มีปัญหาในช่องปาก เช่น มีแผล ปากแห้ง เป็นต้น ต้องทำความสะอาดปากและฟันทุก 2 ชั่วโมง

5.3.6 ผู้ป่วยที่ไม่รู้สีกตัว ให้ทำความสะอาดปากและฟันด้วยน้ำยาบ้วนปาก

5.4 การสระผมบนเตียง

5.4.1 สระผมให้ผู้ป่วยที่ไม่สามารถลุกออกจากเตียงได้ หรือผู้ป่วยที่ไม่สามารถสระผมเองได้ตามปกติ เช่นผู้ป่วยอัมพาต ผู้ป่วยแขนหัก เป็นต้น

5.4.2 งดการสระผมหากจะเกิดอันตรายต่อผู้ป่วยได้

5.4.3 สระผมให้ผู้ป่วยอย่างน้อยสัปดาห์ละ 2 ครั้ง

5.5 การดูแลความสะอาดเล็บ

5.5.1 ตัดเล็บผู้ป่วยให้สั้น เล็บมือตัดเป็นรูปมน ส่วนเล็บเท้าตัดเป็นรูปตรงเพื่อป้องกันเล็บงอกในเนื้อ

5.5.2 ระวังระมัดระวังไม่ให้เกิดอันตรายต่อหนังกำพริบและผิวหนังรอบๆ

5.5.3 ตัดเล็บให้ผู้ป่วยอย่างน้อยสัปดาห์ละครั้ง

5.6 การทำความสะอาดอวัยวะสืบพันธุ์

5.6.1 ทำความสะอาดทุกครั้งที่ทำสะอาดร่างกาย และภายหลังการขี้นถ่ายปัสสาวะ

อุจจาระ

5.6.2 ไม่เปิดเผยร่างกายผู้ป่วยเกินจำเป็น เปิดเฉพาะบริเวณที่จะทำความสะอาดเท่านั้น

5.6.3 ทำความสะอาดอวัยวะสืบพันธุ์ให้ผู้ป่วยอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง

6.0 ตารางกิจกรรมประจำวัน

| เวรเช้า | เวรบ่าย | เวรดึก |
|---------------------------|-------------------------------|----------------------------|
| morning care; a.m. care | เช็ดตัว | early morning care |
| afternoon care; p.m. care | ทำความสะอาดอวัยวะสืบพันธุ์ | เช็ดตัว |
| | hour of sleep care; h.s. care | ทำความสะอาดอวัยวะสืบพันธุ์ |

ตารางกิจกรรมประจำสัปดาห์

| กิจกรรม | ความถี่ | เวลา |
|---------|-------------------|------------------------------|
| ตัดเล็บ | สัปดาห์ละครั้ง | ทุกวันเสาร์ |
| สระผม | สัปดาห์ละ 2 ครั้ง | ทุกวันอาทิตย์ และวันพฤหัสบดี |

7.0 ข้อควรระวัง/ข้อแนะนำ/สังเกตเพิ่มเติม

- การปฏิบัติเพื่อการดูแลความสะอาดของร่างกายบางอย่าง เช่น การเช็ดตัว และการทำความสะอาดอวัยวะสืบพันธุ์ เป็นต้น ผู้ปฏิบัติควรเป็นเพศเดียวกับผู้ป่วยเพื่อลดความกระดากอาย พยาบาลจึงควรสอบถามความต้องการ และได้รับความยินยอมจากผู้ป่วยก่อนลงมือปฏิบัติทุกครั้ง
- ช่วงเวลาในการปฏิบัติกรพยาบาลและกิจกรรมการพยาบาลสามารถปรับเปลี่ยนเพื่อให้เหมาะสมกับสภาพความเจ็บป่วยและความต้องการของผู้ป่วยแต่ละคนได้
- ควรบันทึกการปฏิบัติลงในบันทึกทางการพยาบาลเพื่อเป็นหลักฐานทางการพยาบาลและผู้ป่วยได้รับการดูแลอย่างต่อเนื่อง

8.0 การเฝ้าติดตามและการวัดกระบวนการ/การบริการ

- ไม่มี

9.0 เอกสารอ้างอิง/แบบฟอร์มอ้างอิง

สุภาณี เสนาคิสัย และวรรณภา ประไพพานิช. (บรรณาธิการ). (2551). การพยาบาลพื้นฐาน: แนวคิดและการปฏิบัติ. พิมพ์ครั้งที่ 12. กรุงเทพฯ : โรงพยาบาลรามาริบัติ.

Craven, R.F., & Hirnle, C. J. (2009). Fundamentals of nursing: human health and function (6 th ed.). Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.