



اصول جابجایی و حمل بیمار

جلسه چهارم - نکات اصول جابجایی و حمل بیمار



سعید سیفی

کارشناس ارشد پرستاری اورژانس



www.saeedseyfi.ir



saeedseyfi@gmail.com

✓ **سرعت عمل:** در بعضی صحنه های خطرناک ، شما باید سریعاً بیمار را به محل بی خطری برسانید. وقتی بیماری دارای یک بیماری طبیی کشنده یا آسیب جدی است ، رساندن سریع او به بیمارستان می تواند باعث زنده ماندن بیمار شود. برای کاهش آسیب به تکنسین ها باید روش صحیح بلند کردن و جابجایی تمرین شود.



قبل از بلند کردن بیمار ، برنامه ریزی کنید

✓ وزن آن شیء چقدر است ؟ آیا ما به کمک کسی برای بلند کردن آن شیء نیاز داریم ؟

✓ مشخصات فیزیکی من چیست ؟ آیا من یا همکار من دارای محدودیت های فیزیکی خاصی هستیم که بلند کردن شیء را برای ما مشکل کند ؟

✓ با همکار خودتان در مورد برنامه خود برای بلند کردن و حمل کردن بیمار مشورت کنید. این مشورت در کل مرحله جابجایی ادامه داشته باشد.



- پا های خود را بطور مناسب قرار بدهید: حتماً باید پا های شما روی یک سطح صاف و سفت قرار گیرند و به اندازه عرض شانه ها از هم باز شوند.
- وقتی دارید جسمی را بلند می کنید ، از پا های خود استفاده کنید نه از پشت خود.
- وقتی جسمی را بلند می کنید ، هرگز کج نشوید. همچنین هیچ حرکتی غیر از بلند کردن را انجام ندهید.
- از علل اصلی آسیب دیدن، کج شدن یا چرخیدن در زمان بلند کردن اجسام است.





■ وزن جسمی را که بلند می کنید تا می توانید **نزدیک به بدن خود نگه** دارید. این کار باعث می شود که شما بتوانید از پاهای خود و نه پشت خودتان در بلند کردن اجسام استفاده کنید.

■ برای جابجایی بیمار از پله تا حد امکان از **Stair chair** استفاده کنید. ستون فقرات قائم، زانوها خم و از ناحیه ران به جلو تکیه بدهید نه از ناحیه کمر. اگر در روی پله ها به عقب حرکت می کنید، از یک نفر بخواهید که پشت شما را صاف کند.

اصول اولیه حمل بیمار در ارتباط با وسایل حمل و جابجایی

✓ وقتی از وسیله ای برای حمل بیماران استفاده می کنید، بهتر است **از افراد به تعداد زوج** استفاده کنید.

✓ در مورد برانکارد یا بک بورد، یک تکنسین، قسمت **سر بیمار** را بلند میکند و دیگری قسمت **پای بیمار** را بلند میکند.

✓ هرگز به نفر سوم اجازه ندهید که از یک طرف برانکارد را گرفته و کمک کند. این کار باعث می شود که وسیله حمل بیمار **تعادل** خود را از دست بدهد و حتی برانکارد برگردد و بیمار آسیب ببیند.





✓ وضعیت چمباتمه (Squat-lift) یا بلند کردن قدرتی
(POWER-LIFT)

✓ محکم در دست گرفتن (Power-grip)

در بعضی شرایط ، شما مجبور می شوید که دست خود را دراز کنید تا به مریض برسید و یا با تلاش زیاد او را بکشید یا فشار بدهید . در این حرکت ها باید با دقت عمل کنید تا آسیبی ایجاد نشود.

در مواردی که می خواهید دست خود را به بیمار برسانید:

- (1) پشت خود را در وضعیت قفل شده نگه دارید.
- (2) در زمان دراز کردن پشت از خم شدن پرهیز کنید.
- (3) از دراز کردن دست برای رسیدن به بیماری که بیشتر از ۳۸-۵۰ سانتی متر جلو تر از بدن شما قرار دارد پرهیز کنید .
- (4) از دراز کردن دست به مدت طولانی و مصرف انرژی زیاد در این موارد پرهیز کنید .



- تا می توانید بیمار را به جلو فشار دهید نه آنکه او را بکشید.

- پشت خود را قفل شده نگه دارید.

- خط کشش را طوری تنظیم کنید که از مرکز بدن شما بگذرد. اینکار با خم کردن زانو ها امکان پذیر می شود.

- وزن خود را نزدیک به مرکز بدن حفظ کنید.

- اگر بیمار پائین تر از سطح کمر شما باشد، تا حد امکان از زانو خم شوید و بیمار را بکشید یا فشار دهید.

- در حالیکه بازو ها را به دو طرف بدن چسبانده اید آرنج خود را خم کنید.





با تشکر از توجه شما

WWW.SAEEDSEYFI.IR/EDU

