



新北市政府職業訓練中心

Vocational Training Center, New Taipei City Government

Tân di dân học online

新住民 網上學



Chứng chỉ đơn cấp dành cho người chăm sóc

Mục lục

- | | | | |
|--|-----------|--|-----------|
| 01 Những điều cần biết khi tham gia kỳ thi nhân viên chăm sóc | P01 | 05 Chuẩn bị bữa ăn, cho ăn và hỗ trợ uống thuốc | P09 |
| 02 Đo dấu hiệu sống | P03 | 06 Gội đầu, thay áo | P11 |
| 03 Cách sơ cứu ghen dị vật ở người lớn | P05 | 07 Rửa hội âm và vệ sinh ống niệu | P13 |
| 04 Hồi sức tim phổi người lớn (CPR) | P07 | 08 Hỗ trợ lên xuống giường và ngồi xe lăn | P15 |





Tân di dân học online

Chứng chỉ đơn cấp dành cho người chăm sóc

Những điều cần biết khi tham gia kỳ thi
nhân viên chăm sóc

p01

Trong xã hội cao tuổi hóa ngày nay
Nhân viên chăm sóc là một
công việc rất đáng được đầu tư
Không chỉ không phân biệt giới tính
cũng không phân biệt quốc tịch
mọi người đều có thể học tập
Sau khi bạn có Chứng chỉ chăm sóc đạt tiêu
chuẩn
bạn có thể đến các cơ sở Y tế
Cơ sở Chăm sóc Dài hạn
để chúng ta
phát huy tài năng của mình
Bây giờ cô sẽ hướng dẫn mọi người
làm thế nào để có được Chứng chỉ này
Cần chuẩn bị những gì
Trước hết, muốn trở thành nhân viên chăm
sóc
tính chính xác của trang phục và đầu tóc
sẽ giúp cho công việc của chúng ta thuận lợi
hơn
Hoặc khi tiếp xúc với người được chăm sóc
không được gây tổn hại không cần thiết
Áo ngắn tay vừa với cơ thể
quần dài thường nhật
và tạp dề
giày chủ yếu là giày ôm chân
Để tiện cho công việc
cần mang theo một chiếc đồng hồ đeo tay có
kim giây
nhét trong túi để dùng khi cần

Về phần đầu tóc
phải chải tóc gọn gàng
tóc dài phải buộc gọn lên
tránh trong quá trình thao tác
làm bẩn tóc
sẽ bị trừ điểm
Độ dài móng tay phải vừa phải
không nên đeo trang sức
hay vòng tay
Trước tiên, bây giờ chúng ta nhìn thấy là
hình nộm người lớn mắc nghẹn
Hình nộm giả này sẽ được sử dụng trong
đề thi về phương pháp sơ cứu mắc nghẹn ở
người lớn
Đặc điểm của hình nộm là
từ miệng cho đến khí quản
có một đường thông
để mô phỏng khí quản của người được
chăm sóc
Dị vật bị mắc nghẹn
Chúng ta cần sử dụng
phương thức ấn đẩy đúng cách
để loại bỏ vật lạ
Tiếp theo chúng ta hãy làm quen với
hình nộm người lớn hồi sức tim phổi
Được sử dụng trong hồi sức tim phổi người
lớn
cũng chính là trong đề thi CPR
Đặc điểm của hình nộm là
chúng ta sẽ có một thiết bị giám sát



để xác định vị trí ấn đẩy hình nộm
và lực đẩy có chính xác hay không
còn phải theo dõi lượng khí thổi
đã đủ hay chưa
Sau đó sẽ giới thiệu về hình nộm dùng trong
đề thi chuẩn bị bữa ăn,
cho ăn và hỗ trợ uống thuốc
Đặc điểm của hình nộm là
trong lỗ mũi của hình nộm đặt một ống thông
mũi dạ dày
ống thông mũi dạ dày này
có thể thông thẳng vào dạ dày
cung cấp cho người thi thực hiện quá trình
cho uống thuốc thực tế
Cuối cùng là giới thiệu về
hình nộm quy cách nói chung
sẽ được sử dụng trong hai đề thi dội rửa hội
âm
và vệ sinh ống niệu
hỗ trợ lên xuống giường,
ngồi lên xe lăn
Đối với hình nộm dùng để dội rửa hội âm,
và vệ sinh ống niệu
sẽ được cung cấp theo đề thi
Trong phòng thi, ngoài hình nộm ra
còn cung cấp các công cụ cần dùng cho các
đề thi khác nhau



Trong đó
trong đề thi đo dấu hiệu sống
sẽ có người mẫu thật
Chúng ta cần phải học cách sử dụng
máy đo huyết áp và nhiệt kế đo tai
Cần đặc biệt chú ý đến việc chuẩn bị bữa ăn
trong đề thi cho ăn và hỗ trợ uống thuốc
sẽ sử dụng rất nhiều dụng cụ
Giống như các dụng cụ dùng cho việc chuẩn
bị bữa ăn
đều là những dụng cụ thường thấy trong
nhà bếp gia đình
Còn phần đề thi lên xuống giường
và ngồi lên xe lăn
sau khi ngồi lên xe lăn
cần lưu ý giữ ấm cho người được chăm sóc
cần nhớ tắt và giầy
Cuối cùng cần nhắc tới là
đề thi gọi đầu
chúng ta sẽ dùng đến bồn gọi
Đặc biệt chú ý đến miệng xả nước
nhớ đặt xô nước để hứng nước nhé
Tin rằng trong thời kỳ dịch bệnh, mọi người

đều đã tạo được thói quen tốt là rửa tay
Ngoài việc thực hiện ra
là một nhân viên chăm sóc chuyên nghiệp
thì phương thức rửa tay đúng cách
còn là điều kiện cơ bản
Tiếp theo cô sẽ đặc biệt giải thích
các bước rửa tay đúng cách
Các bước rửa tay
trước tiên mở vòi nước
làm ướt hai tay
Đóng vòi nước lại
Bóp một hai giọt xà phòng rửa tay vào lòng
bàn tay
tiếp đó chà hai lòng bàn tay vào nhau
5 đến 10 lần
Chúng ta có thể kết hợp mẹo ghi nhớ cách
rửa tay
trong, ngoài, kẽ, khum, cái, dựng, cổ
Tiếp theo, chà bọt lên mu bàn tay
mu bàn tay của cả hai tay
đều phải xoa 5 đến 10 lần
Tiếp theo là các kẽ ngón tay
tương tự vậy chà từ 5 đến 10 lần

Tiếp theo là chỗ mà mọi người hay bỏ qua
nếp gấp ngón tay
khum cong ngón tay lại
mu bàn tay này chà lên lòng bàn tay kia 5 đến
10 lần
hai tay đổi cho nhau
Tiếp theo là vệ sinh ngón tay cái
một tay nắm lấy ngón cái của tay kia
xoay 5 đến 10 lần
sau đó đổi tay
tương tự xoay 5 đến 10 lần
Tiếp theo là các đầu ngón tay
dựng thẳng các đầu ngón tay này
chà vào lòng bàn tay kia
chà 5 đến 10 lần
Vệ sinh tay bên kia theo cách tương tự
Cuối cùng xoay cổ tay, trong phạm vi 5cm
xoay 5 đến 10 lần
Hai bên cổ tay
đều phải được rửa sạch thật kỹ
Tiếp đó mở vòi nước
xoa hai tay vào nhau dưới bồn nước
dội sạch bọt trên tay

Sau khi rửa sạch xong
hai tay hứng nước
dội sạch bọt trên vòi nước
rồi đóng vòi nước lại
Cuối cùng cố gắng
vẩy sạch nước trên tay
Khi vẩy nước phải hết sức cẩn thận
không để chạm vào thành bồn nước
Sau đó rút giấy lau
về nguyên tắc, một lần rút một tờ
lau thật khô nước trên tay
rồi ném vào thùng rác
Đặc biệt phải chú ý tránh để
hai tay đã rửa sạch chạm vào
những thứ không cần thiết khác
để tránh ô nhiễm
Cuối cùng, cô xin nhắc các bạn
bất kể già trẻ trai gái
đều có thể là đối tượng chăm sóc của chúng
ta
An toàn, dễ chịu và quan tâm
là quan niệm đúng đắn cần thiết
của mỗi một nhân viên chăm sóc





Tân di dân học online

Chứng chỉ đơn cấp dành cho người chăm sóc

Đo dấu hiệu sống

p03



Gần đây thời tiết không ổn định
lúc nóng, lúc lạnh
Người cao tuổi tuần hoàn máu kém
rất có thể sẽ cảm thấy chóng mặt
và khó chịu
Tin rằng những ai trong nhà có người cao tuổi
nhất định sẽ hiểu rõ
Bình thường, chúng ta làm thế nào
để hiểu về cơ thể của mình
Hôm nay chúng ta cùng tìm hiểu
đề thi đo dấu hiệu sống
trong bài thi nhân viên chăm sóc
Đề thi này
sẽ do nhân viên công tác phòng thi đóng vai
người được chăm sóc
Ngoài việc tiến hành đo lường ra
câu chào hỏi
và giải thích trạng thái thiết bị
đều phải thật chính xác
đều phải thực hiện
Tình huống của đề thi này là
Bà Chen cho biết cảm thấy khó chịu sau khi
tỉnh dậy
Nhân viên chăm sóc tới thực hiện
việc đo dấu hiệu sống
Bà Chen, cháu là nhân viên chăm sóc
Bà cảm thấy không khỏe ạ ?
Bây giờ bà cảm thấy không được khỏe
Vâng, cháu sẽ giúp bà đo dấu hiệu sống

cháu đã chuẩn bị vật dụng đã nhé
bà nghỉ một chút ạ
Các vật dụng được sử dụng tại phòng thi có
Khi tới bên giường bệnh
cần nhớ kéo rèm lại để
bảo vệ quyền riêng tư của người được
chăm sóc
Sau đó
chúng ta sẽ hạ song chắn giường xuống
để dễ thao tác
Bà Chen, cháu đo nhiệt độ tai cho bà trước
ạ
Nhiệt kế đo tai bề ngoài bình thường
Xác nhận đủ điện
Bà Chen, cháu sẽ kéo tai bà
hướng lên ra phía sau
Xác nhận lỗ tai có sạch hay không
nếu có ráy tai
sẽ giúp bà vệ sinh
Lỗ tai rất sạch
Nhiệt độ cơ thể 37,1 độ, bình thường
Tiếp theo sẽ đo mạch đập
Tìm thấy động mạch quay
Bắt đầu
Khi đo mạch đập
cần sử dụng đồng hồ đeo tay có kim giây
Đo 1 phút
Kết thúc
Bà Chen,
chúng ta xác nhận lại mạch đập ạ



Khi đo nhịp thở
chúng ta đều sẽ nói là đo lại mạch đập lần
nữa
bởi lo rằng đối tượng được đo
biết được chúng ta đang đo nhịp thở của
mình
Bởi nhịp thở có thể tự kiểm soát
cho nên sợ sẽ không chính xác
Vì vậy chúng ta thường không cho đối
phương biết
chúng ta đang đo nhịp thở của họ
Đo 1 phút
Kết thúc
Nhịp thở cũng cần đo 1 phút
Tiếp theo chúng ta sẽ đo huyết áp
Tìm thấy động mạch cánh tay
Máy đo huyết áp bề ngoài bình thường
Xác nhận đủ điện
Các bạn vui lòng chú ý
khi chúng ta đo huyết áp
cần chú ý đến vạch đánh dấu ký hiệu trên
ga-rô
Vạch đánh dấu ký hiệu
phải nhắm chuẩn vào động mạch cánh tay
mà chúng ta vừa tìm thấy
như vậy mới có thể đạt được giá trị chính xác
Sau khi thắt ga-rô



phải chắc chắn vạch đánh dấu ký hiệu theo hàng dọc

và phải kiểm tra xem có độ chặt bằng hai ngón tay ngang và phải ở giữa hai ngón tay ngang trên khuỷu tay mới được

Đây là động tác chuẩn nhất

Khi đo huyết áp

chờ một chút bạn sẽ thấy hai giá trị

một là huyết áp tâm thu

một là huyết áp tâm trương

Nói cách khác, một cái là huyết áp cao

một cái là huyết áp thấp

Rồi viết lên Đơn ghi chép của chúng ta đơn vị của nó

là mmHg

Bà Chen, chúng ta đã đo xong huyết áp rồi cháu giúp bà tháo ga-rô ra nhé

Nếu cần đo lần thứ hai

thì phải chuyển động một chút cánh tay trước đã

rồi đo lần thứ hai

Huyết áp tâm thu của bà là 132mmHg

huyết áp tâm trương là 72mmHg

nằm trong giá trị bình thường

Bà Chen,

vừa rồi nhiệt độ cơ thể đo được là 37,1 độ

nhịp tim là 70 nhịp mỗi phút

nhịp thở là 15 lần mỗi phút

huyết áp tâm thu là 132mmHg

huyết áp tâm trương là 72mmHg

đều trong phạm vi bình thường

Chờ chút nữa cháu sẽ báo cáo những giá trị

này với nhân viên hộ lý

cháu đi thu dọn vật dụng đã ạ

bà nghỉ chút nhé

đội chút cháu ra với bà

Kéo song chân giường lên là biện pháp hết sức quan trọng

Các bạn phải chú ý

điều này nhằm bảo vệ sự an toàn của người được chăm sóc

Bà ơi, bà nhìn này

huyết áp hơi thấp

Không được bỏ bữa sáng đâu

Bà thích đẹp

sợ ăn sáng thì sẽ béo

Không được, bà phải ăn sáng vào

chóng mặt thế này chẳng phải khó chịu hơn sao

Được rồi, lần sau bà sẽ ăn

Với lại ăn sáng không bị béo đâu

Thật à

Vâng ạ

Bà cứ tưởng sẽ béo

Không mà

Không thì thế này, bà uống sữa nhé

uống thêm một ly sữa

Được

Như thế đường huyết sẽ không bị thấp

mới không bị chóng mặt

Ừ

Ăn sáng

không bị béo đâu

Trong cuộc sống thường ngày, chúng ta

có thể tự đo

nhịp tim, mạch đập

nhịp thở, huyết áp

thậm chí là nhiệt độ cơ thể

Sau một thời gian dài ghi chép

một khi phát hiện có thay đổi

đều có thể làm giá trị tham khảo cho mọi người

đối với sức khỏe thể chất của bản thân

Tin rằng sau bài học hôm nay, mọi người

sẽ càng hiểu rõ hơn

về cơ thể của chính mình

còn có thể tăng hạnh phúc của bản thân và

gia đình mình





Tin rằng trong cuộc sống của chúng ta mọi người ít nhiều đều có kinh nghiệm bị nghẹn

Nội dung bài học của chúng ta hôm nay là phương pháp sơ cứu bị nghẹn dị vật ở người lớn

trong bài thi nhân viên chăm sóc

Đối tượng trong mục này sẽ sử dụng hình nộm đặc biệt để mô phỏng

Mọi người đặc biệt phải chú ý vị trí ấn đẩy và lực đẩy

Mặc dù mục này sẽ mô phỏng bằng hình nộm nhưng diễn đạt bằng lời cũng là trọng điểm rất quan trọng

Trong nhiều loại kẹo và đồ ăn vặt đôi khi chúng ta lơ là các món mochi, thạch dai thậm chí là các loại hạt

những món này rất dễ gây tình trạng bị nghẹn

Đặc biệt là những người răng yếu khi ăn các thức ăn loại này thường nuốt thẳng

như thế rất dễ khiến nó bị mắc trong cổ họng thậm chí nghẹn vào khí quản

Vì vậy , khi chúng ta ăn những thức ăn này có thể cắt thành từng miếng nhỏ là có thể giảm đáng kể rủi ro bị nghẹn

Tình huống của đề thi này là

Người được chăm sóc ông Wang đang ngồi trên ghế và dùng bữa trưa

bỗng nhiên bị nghẹn thức ăn tuy vẫn tỉnh táo

nhưng không thể nói ra lời

cũng không thể nào khạc thức ăn ra được

Nhân viên chăm sóc nghi là phát sinh tình trạng nghẹn thức ăn

Các bạn hãy chú ý nhé

khi chúng ta giới thiệu về phương pháp sơ cứu bị nghẹn dị vật

hãy nhớ là lúc bắt đầu không được rửa tay

Nếu rửa tay, sẽ không đạt tiêu chuẩn

sau khi kết thúc thì mới được rửa tay

Ông Wang, ông bị sao vậy ?

ông bị nghẹn đúng không ?

tôi sẽ giúp ông lấy ra

tôi di chuyển ông lên ghế không có tay vịn nhé

Lúc này cần chú ý là nhân viên chăm sóc phải ôm phần bụng trên của người được chăm sóc

và hết sức cẩn thận

Trong quá trình này không được để hình nộm rớt xuống sàn

nếu làm rớt xuống sàn, thì sẽ không đạt tiêu chuẩn

Khi chúng ta ôm hình nộm đến ghế không có tay vịn

nhân viên chăm sóc phải áp dụng



hoặc tư thế quỳ hai gối đều được

tùy theo thói quen của các bạn

Nhân viên chăm sóc tìm thấy rốn của người được chăm sóc

Sau đó một tay kia tìm thấy mũi ức dọc theo đường thẳng

Ngón cái và ngón trỏ của tay đặt lên rốn

phải ép vào bụng trên

Tay kia

khi nắm lên đầu nắm đấm

Nắm đấm của chúng ta đặt ở giữa mũi ức và rốn

Đồng thời, các bạn phải siết chặt cằm

lên vai của người được chăm sóc đó

Siết chặt

để duy trì độ ổn định này

Tiếp theo, chúng ta sẽ đẩy mạnh một nhát

đẩy vài lần hướng lên vào trong

Chúng ta cởi bỏ áo của hình nộm ra

làm mẫu lại vị trí đẩy

Các bạn phải chú ý tới

nhìn thấy rốn của hình nộm

thì cả hai tay đồng thời đặt lên trên rốn

Tay kia

tùy bạn dùng tay nào cũng được

chỉ cần tay thuận là được



Kéo dài lên trên
tìm thấy mũi ức
Mũi ức nằm ở đâu
ở chỗ trên cùng của hai bên xương sườn
có một chỗ hơi lõm
đó chính là mũi ức
Tay sát rốn nắm lại
thành nắm đấm
Sau khi nắm xong
đặt ngón cái và ngón trỏ sát vào bụng trên
Sau khi xác định vị trí
tay kia của chúng ta
sẽ nắm lấy tay nắm đấm
rồi đẩy mạnh một nhát
mỗi lần đẩy hướng lên vào trong
Lúc này phải chắc chắn rằng
cằm đã siết chặt
vào vai của hình nộm này hay chưa
Rồi, đẩy mạnh một nhát
Các bạn hãy nhớ
mỗi lần đẩy
nếu dị vật chưa bị đẩy ra ngoài
Thì đừng lo

chúng ta có thể hít một hơi trước
xác định lại vị trí đẩy
cằm đã siết chặt vào vai của người được
chăm sóc hay chưa
như thế lực đẩy mới có hiệu quả
Ông Wang,
thức ăn đã bị đẩy ra
Bây giờ tôi sẽ ôm ông về
ghế ban đầu nhé
Lúc này các bạn cần chú ý
khi chúng ta đứng dậy phải hết sức cẩn thận
không được để hình nộm
rớt xuống sàn
nếu làm rớt xuống sàn thì sẽ bị trượt bài thi
Sau đó nhẹ nhàng đặt hình nộm
lên trên ghế
Sau khi đặt xong
chúng ta nhất định phải hướng dẫn
chăm sóc sức khỏe cho hình nộm
Ông Wang, thức ăn bị nghẹn đã được lấy ra
sau này khi ông dùng bữa
phải đặc biệt chú ý
cần cắt thành từng miếng nhỏ

nhất là những thức ăn dai
phải cắt thành miếng nhỏ
nuốt chậm chậm
Ông nghỉ ở đây chút nhé
tôi đi rửa tay rồi sẽ quay lại với ông
Bà ơi, cháu xin lỗi
những thứ này sau này
cháu sẽ cắt nhỏ từng miếng cho bà
như thế bà có thể ăn món ngon
khi bà ăn
cháu cũng yên tâm hơn
Ừ
Bà sẽ ăn miếng nhỏ thôi
ăn chậm chậm
Vừa nãy cháu sợ chết khiếp
Thế hả
bà cũng giật mình
có thể là do bà ăn miếng hơi to
thế nên cháu cắt nhỏ cho bà
Thấy nó ngon quá
nên ăn miếng to
nuốt vào mới bị thế
làm cho cháu giật mình

bà cũng sợ nữa
Cuối cùng, xin nhắc các bạn
Khi thực hiện phương pháp đẩy bụng khi ngồi
này cho người lớn
phải đẩy một nhát thật mạnh
thì mới có thể loại bỏ được dị vật
trong khí quản ra ngoài
Mặc dù đề thi này sử dụng hình nộm
nhưng sau khi loại bỏ vật lạ ra ngoài
tương tự cần phải có sự đồng cảm
đi tới quan tâm đến tình trạng của người
được chăm sóc





Khi nhiệt độ thời tiết giảm đột ngột
người mắc bệnh tim mạch
thường xảy ra tình trạng ngất xỉu đột ngột
Khi ở xung quanh chúng ta
có người gặp phải tình trạng này
chúng ta nên xử lý thế nào ?
Hôm nay , chúng ta sẽ tìm hiểu
về hồi sức tim phổi người lớn
trong bài thi nhân viên chăm sóc
cũng chính là CPR
Đối tượng dùng cho mục này của chúng ta
sẽ là hình nộm đặc biệt để mô phỏng
Mọi người phải đặc biệt chú ý vị trí đẩy
Chỉ cần thực hiện đúng mọi động tác
mới có thể hoàn thành bài thi một cách
thuận lợi
Tình huống trong đề thi này là
Nhân viên chăm sóc bước vào phòng ngủ
của bà Chen và phát hiện
bà Chen ốm liệt giường
môi tím tái
dường như không còn thở
Bà Chen, hôm nay bà thế nào ạ ?
Bà Chen
Môi bà Chen tím tái
dường như không còn thở
Giúp tôi gọi 119
và chuẩn bị AED
Vì bà Chen nằm trên giường lò xo
nên không thể thực hiện CPR

vì vậy hãy di chuyển bà lên mặt đất phẳng
Tìm đúng vị trí
điểm giữa đường nối hai núm vú
ngay phía trên xương ức
Một nhịp, hai nhịp, ba nhịp
bốn nhịp, năm nhịp, sáu nhịp
bảy nhịp, tám nhịp, chín nhịp
mười nhịp, mười một, mười hai
mười ba, mười bốn
Các bạn hãy chú ý
khi hai tay của chúng ta cố định trên ngực
của người được chăm sóc
không được nảy đàn hồi
không được xê dịch
hai cánh tay không được gấp cong
Khi thao tác
cơ thể không được lắc lư
Lòng bàn tay và năm ngón tay khi tiếp xúc
với người được chăm sóc
không được ép sát hoàn toàn vào ngực của
người được chăm sóc
Độ sâu đẩy vào
sử dụng lực của lưng và vai
đẩy xuống theo chiều dọc
khoảng 5 đến 6 cm
Độ ổn định của áp lực
không được áp dụng đẩy mạnh một nhát
Sau đó nghỉ thư giãn
Khi nghỉ thư giãn
phải để cho ngực đàn hồi trở lại hoàn toàn



Giữ cho cánh tay không rời khỏi xương ức
Số lần đẩy ngực
với tốc độ 100 đến 120 nhịp mỗi phút
Khi đẩy chậm thì phải 30 nhịp
Một nhịp, hai nhịp, ba nhịp
bốn nhịp, năm nhịp, sáu nhịp
bảy nhịp, tám nhịp, chín nhịp
mười nhịp, mười một, mười hai
mười ba, mười bốn, mười lăm
mười sáu, mười bảy, mười tám
mười chín, hai mươi, hai mốt
hai hai, hai ba, hai tư
hai lăm, hai sáu, hai bảy
hai tám, hai chín, ba mươi
Ấn trán và nâng cằm
Xác nhận còn thở hay không
Xác nhận không còn thở
Xác nhận có dị vật trong miệng hay không
Có dị vật trong miệng cần phải lấy ra
Không có dị vật trong miệng
Ấn trán và nâng cằm
bóp chặt mũi của người được chăm sóc
đặt mặt nạ vào miệng của người được chăm
sóc
Trên mặt nạ có miếng vải không dệt
phải đặt vải không dệt nhắm chuẩn vào
miệng hình nộm



Các bạn phải há rộng miệng
che lấp miệng của người được chăm sóc
thở hai hơi mỗi một hơi là một giây
Hai hơi này phải ngắt quãng
không được thổi liên
Nếu phát hiện ngực không lên xuống
thì có nghĩa là có dị vật trong miệng
cần phải kiểm tra lại
Có dị vật trong miệng hay không
Đo động mạch cảnh
Động mạch cảnh không có mạch đập
tiếp tục thực hiện hồi sức tim phổi, hô hấp
nhân tạo tức là ba mươi với hai
ba mươi nhịp đẩy ngoài tim
hai lần hô hấp nhân tạo
tổng cộng thực hiện năm chu kỳ
Trong quá trình năm chu kỳ này
bắt buộc phải có ba chu kỳ
mỗi chu kỳ phải có
hai mươi đèn xanh thì mới đạt
Mục đích đẩy ngoài ngực
là dựa vào lực đẩy của chúng ta
khiến cho tim có thể

đẩy máu đến toàn cơ thể
Ở đây cô xin đặc biệt nhắc mọi người
chỉ được thực hiện CPR này
đối với trường hợp tim phổi đã ngừng đập
Đối với người có dấu hiệu sống bình thường
chúng ta không được áp dụng kỹ thuật này
với họ
Điều đó sẽ gây nguy hiểm đến
sinh mạng của người mà chúng ta cứu
Vì vậy nếu như các bạn muốn luyện tập
thì chỉ có thể sử dụng hình nộm để thực hành
không được thực hiện với người thật
Đo động mạch cảnh
Xác nhận còn thở hay không
Xác nhận tứ chi có cử động nhẹ hay không
Xác nhận mạch có đập không
Nếu không có mạch đập, tiếp tục thực hiện
CPR.
Có mạch đập nhưng không thở
thực hiện hô hấp nhân tạo
mười hai lần mỗi phút
trường hợp bất tỉnh thì áp dụng tư thế phục
hồi

Các bạn nếu thực hiện tốt kỹ thuật này
không những có thể làm tốt bài thi
mà còn học được kỹ thuật này
có thể giúp người khác
khi gặp nguy hiểm tính mạng
Các bạn
chúng ta cần chú ý một chút
Sau khi chúng ta hoàn thành xong bài thi CPR
cuối cùng phải áp dụng một tư thế gọi là
tư thế phục hồi
Tư thế phục hồi
Phía tay và chân tiếp xúc với mặt đất
đều phải duỗi thẳng
giữ cho khuỷu tay áp sát trên sàn
Còn phía không tiếp xúc với mặt đất
thì cánh tay trên phải gấp cong
khuỷu tay phải phẳng áp sát trên sàn
Đặt miệng sát trên mu bàn tay
Còn chân
khớp gối chân phải áp sát trên sàn
Mắt cá chân phải đặt trên đùi duỗi thẳng của
chân kia
như vậy có thể duy trì một tư thế

gọi là tư thế phục hồi
Giúp cho người được chăm sóc mà chúng ta
sơ cứu
có thể duy trì
hơi thở thông suốt
Lúc này
chúng ta chỉ cần đợi
xe cứu thương đến đón người được chăm
sóc
được chúng ta sơ cứu
Giữ ấm và đưa đến Bệnh viện
Trong quá trình đưa đến Bệnh viện
chú ý đến hơi thở và mạch đập
Ở đây xin đặc biệt nhắc mọi người
trước khi chúng ta nghi có người cần thực
hiện CPR
nhất định phải đánh giá trước họ còn tỉnh
hay không
nếu đối phương thực sự không còn tỉnh
hoặc đã ngất lịm thì mới được thực hiện CPR
Phải nhớ là không được
thực hiện với người có dấu hiệu sống bình
thường nhé





Tân di dân học online

Chứng chỉ đơn cấp dành cho người chăm sóc

Chuẩn bị bữa ăn, cho ăn và hỗ trợ uống thuốc

p09

Khi đối mặt với người cao tuổi trong nhà không thể nuốt bình thường thậm chí là đặt ống thông mũi dạ dày có phải bạn cảm thấy lo lắng về cách chuẩn bị bữa ăn không nào Hôm nay, chúng ta sẽ tìm hiểu trắc nghiệm trong bài thi nhân viên chăm sóc về chuẩn bị bữa ăn, cho ăn và hỗ trợ uống thuốc nhé Trong video có rất nhiều chi tiết mọi người cần phải chú ý xem Bà Sun, cháu là nhân viên chăm sóc của bà hôm nay sẽ giúp bà chuẩn bị bữa ăn cháu sẽ nấu món cháo cá rau mà bà thích cháu đã chuẩn bị đồ trước đã bà ở đây chờ một lát nhé Trước tiên, chúng ta phải mang nguyên liệu thực phẩm và xoong nồi, bát đĩa rửa sạch toàn bộ Rồi mới được sử dụng Đặt nồi của chúng ta lên trên bếp đổ bát nước vào và đun sôi sau đó chúng ta đi lấy gạo Phòng thi sẽ chuẩn bị cho chúng ta chúng ta không phải tự chuẩn bị Cho gạo vào trong nước và đun sôi Trong đề thi nấu ăn này phải thực hiện theo thứ tự, đầu tiên cho gạo vào rồi cho cá vào sau đó là cho rau vào

Trước khi sử dụng cá cần phải rửa sạch một chút sau đó thái thịt cá này thành đường kính 0,2 cm Khi chúng ta cho cá vào nồi cần phải chú ý cá trong nồi được khuấy đều Sau đó chúng ta sẽ chuẩn bị rửa rau Trong phòng thi thông thường sẽ chuẩn bị rau cải thìa khi rửa rau cải thìa các bạn phải chú ý Khi chúng ta rửa rau cải thìa phải rửa từ cọng trước rồi rửa đến lá phải rửa riêng từng lá một không được rửa chung cùng một lúc Thái phần cọng trước hay lá trước không có quy định nhất định Lúc này, các bạn phải hết sức cẩn thận vừa phải chú ý thái rau vừa phải để ý đến nồi đang nấu có bị trào ra hay không Khi chúng ta đã thái rau thành miếng nhỏ thì có thể cho vào nồi Khi cho vào nồi cũng phải cẩn thận nhé đừng dồn rau sang một bên Các bạn cần phải cẩn thận khi chúng ta thêm muối phải hết sức cẩn thận nhé đừng cho quá nhiều hay quá ít



Bà Sun bị huyết áp cao, đường huyết cao phải ăn nhạt một chút Sau khi chúng ta nấu xong gia vị cũng đã thêm vào thì hãy bắt đầu nếm thử Nếm thử các bạn phải nhớ nhé Bài thi hiện tại của chúng ta là hy vọng các bạn sẽ thử ăn thật món này để chắc chắn thức ăn của chúng ta rồi sẽ giúp bà Sun chuẩn bị lượng thức ăn cho bữa ăn này theo quy tắc mức đầy 80% bát Chúng ta sẽ lấy ly nước đổ nước vào ly nước Ngoài ra, chúng ta còn phải chuẩn bị yếm ăn mà bà Sun cần dùng Bà Sun, chúng ta bắt đầu ăn thôi Hôm nay, cháu nấu món cháo cá rau mà bà thích nhiệt độ này vừa phải chúng ta sẽ bắt đầu ăn nhé Cháu giúp bà đeo yếm ăn trước đã Rồi, cẩn thận ăn nào đừng bị nghẹn Khi chúng ta thực hiện bài thi các bạn phải chú ý chút nhé Khi chúng ta múc cháo



thông thường chỉ mức một nửa
một nửa thìa canh
Khi thực hiện bài thi sẽ áp dụng dứt 5 thìa
để đánh giá bài thi
Bà ơi, chúng ta đã ăn xong rồi
Bà ơi, bây giờ hãy súc miệng nào
Đây ạ
Rồi, bà có thể nhỏ vào trong bát này
Bà ơi, sau khi ăn xong
hãy nghỉ ngơi ba mươi phút
không được nằm xuống nhé
Bà ngồi đây một lát bây giờ cháu đi
giúp bà chuẩn bị Vitamin sau bữa ăn
bà cứ mặc yếm nhé
chờ chút cháu sẽ quay lại
cho bà uống Vitamin
Thông thường khi chúng ta chuẩn bị thuốc
phải xem bề ngoài có biến chất hay không ?
có bình thường hay không ?
có bị ẩm hay không ?
Khi xác định thuốc đã an toàn
thì nghiền nát thuốc ra
Trong quá trình này phải thật cẩn thận

đừng để thuốc của chúng ta
rớt ra ngoài cối tròn
Khi thuốc đã được
nghiền thành bột
chúng ta lấy cốc thuốc
và thìa thuốc
Sau đó cẩn thận vét sạch
bột thuốc này
trên thìa của cối tròn
Giám khảo sẽ tới để kiểm tra cối tròn đó
và trên thìa
còn sót thuốc hay không ?
Sau khi cho vào xong
thì đổ nước sôi khoảng 80% cốc
để thuốc hòa tan hoàn toàn
là được
Khi chúng ta chuẩn bị cho bà Sun uống thuốc
cần chuẩn bị thiết bị cho ăn
và thuốc
và thìa thuốc
và ấm nước
cùng đưa đến bên giường bà Sun
Sau đó cho bà Sun uống thuốc

Bà Sun, chúng ta uống Vitamin C nhé
Cháu giúp bà tháo ống thông mũi dạ dày
rước
Trước tiên, chúng ta phải chú ý
trước khi cho thuốc qua ống thông mũi dạ dày
phải hút ngược thiết bị cho ăn trước
xác định chức năng của ống thông mũi dạ
dày
có bình thường hay không?
Sau khi xác định chức năng của ống thông
mũi dạ dày thì đổ 30cc nước
chắc chắn nó thông suốt
thì mới được cấp thuốc
Khi chúng ta cấp thuốc
phải chắc chắn đúng người
đúng thời gian
đúng liều lượng
đúng cách dùng
đó là một kỹ năng rất quan trọng
của 3 đọc, 5 đúng
Cuối cùng, còn phải đổ thêm ít nhất 30cc
nước để cho thuốc
hòa tan hoàn toàn trong dạ dày

Sau khi đã chắc chắn
thì kéo rút thiết bị cho ăn ra
và thu gọn lại
ống thông mũi dạ dày
rồi cố định lên cổ áo
Bà Sun,
chúng ta đã dùng xong Vitamin C rồi
cháu sẽ giúp bà tháo yếm ăn ra nhé
Các bạn,
Trong chủ đề này,
việc xử lý chăm sóc sau khi cho ăn
sẽ làm ở phần cuối cùng
Như vậy, chúng ta
mới có thể nắm bắt được thời gian của mình
sau đó thu dọn mọi thứ về chỗ cũ
mặt bàn cũng phải lau sạch
lúc đó mới thông báo với giám khảo
Thưa giám khảo, em đã hoàn thành bài thi
này
Tin rằng học xong bài học hôm nay
mọi người đều có thêm kiến thức





chăm sóc người nằm liệt giường
thường phải thay áo và gội đầu
Hôm nay chúng ta sẽ tìm hiểu
ề thi gội đầu, thay áo
trong bài thi nhân viên chăm sóc
Đề thi này sẽ có người thật đóng vai người
được chăm sóc
vì vậy phải nhớ lời nói
và chú ý trạng thái của người được chăm
sóc mọi lúc
là trọng điểm để đạt được điểm.
Các vật dụng được sử dụng trong phòng thi
có
Tình huống trong đề thi hôm nay là
Bà Wang đột quỵ nhiều năm
nằm liệt giường do liệt nửa người trái
đã mấy ngày chưa gội đầu
và có thói quen dùng dầu xả
Chào bà,
cháu là nhân viên chăm sóc của bà
vì bà đã nhiều ngày chưa gội đầu
nên cháu sẽ gội đầu
và dùng dầu xả cho bà nhé
Tiện thể sẽ giúp bà thay áo
thay áo mới
Cháu đã chuẩn bị một chút
bà chờ chút nhé
Kéo rèm lại
Nhớ là trước khi chuẩn bị vật dụng
trước hết chúng ta phải rửa sạch hai tay

rồi cuộn chiếc khăn tắm lại
và lót miếng nhựa
vào dưới đầu
để có thể tránh làm ướt ga giường
Khi đặt khay gội đầu
để cho nước thải
có thể chảy vào xô nước thải một cách
thuận lợi
một bên khay gội đầu
chúng ta sẽ sử dụng khăn mặt
gấp thành hình vuông và lót cao
Khay gội đầu của chúng ta
cho phép nước chảy thông suốt
Nhiệt độ nước vừa phải
Nhiệt độ nước kiểm soát ở mức 41 đến 43
độ
Bà ơi, nhiệt độ nước có được không ạ
Cháu sẽ dùng nước
làm ướt tóc bà trước
Sau khi tóc đã ướt
chúng ta lấy một lượng dầu gội thích hợp
chà lên lòng bàn tay tạo bọt
là có thể bắt đầu gội đầu
Trong quá trình gội đầu, mọi người phải nhớ
dùng đầu ngón tay chà xát da đầu
chứ không được dùng móng tay nhé
Sau đó cần chú ý
rửa bên trái trước rồi đến bên phải
rồi gội phía phần sau gáy
Toàn bộ đầu tóc



đều phải gội thật sạch
Đồng thời, chúng ta phải quan sát
trạng thái sức khỏe da đầu
Bà ơi, da đầu của bà
không có gàu
da đầu không bong da
da đầu rất khỏe ạ
Xin hỏi, Bà còn chỗ nào
cần gội thêm không ạ
Được rồi
Trước tiên chúng ta phải
rửa sạch bọt trên tay mình
rồi dội sạch bọt
trên đầu của người được chăm sóc
Trong quá trình xả nước cần chú ý
nhiệt độ nước thích hợp
và lượng nước thích hợp
không được bắn lên mặt
hoặc cơ thể
hay trán của người được chăm sóc
Nếu có nước bắn ra
thì phải nhớ giúp lau khô nhé
Cũng cần bắt đầu chú ý
nước trong khay gội đầu
không được trào ra ngoài
Luôn chú ý đến
miệng xả nước thải chảy vào thùng nước



thải
Không còn bọt nữa
cháu sẽ dùng dầu xả
Sau khi dội sạch bọt
thì lấy một lượng ít dầu xả
chà lên tay
Sau khi chà
thì thoa lên tóc của người được chăm sóc
xoa đều và nhẹ
dội sạch dầu xả
Tương tự vậy, phải dội sạch tay chúng ta
trước
dội sạch bọt trên tay xong
sau đó giúp người được chăm sóc dội sạch
tóc
Trong quá trình dội nước
vùng trán, quanh tai
đều phải đặc biệt chú ý đến
có thể dùng tay để ngăn dòng nước chảy
phòng ngừa nước chảy vào mắt
và trong lỗ tai
sẽ khiến cho người được chăm sóc cảm
thấy khó chịu

Quá trình gội đầu
đừng gấp gáp
hãy chắc chắn rửa sạch bọt
Nếu không có đủ nước sạch
thì có thể đi lấy thêm nước
Nhưng phải nhớ
chú ý đến sự an toàn của người được chăm
sóc
Sau khi gội sạch xong, còn phải xác định
không còn bọt
thì chúng ta cần lấy một khăn mặt
cuốn quanh đầu của người được chăm sóc
phòng ngừa cảm lạnh
Sau đó lấy khay gội đầu ra
Tiếp đó dùng khăn mặt lau khô
tóc của người được chăm sóc
Cố gắng lau thật khô nhé
Các bạn có thể dùng kết hợp với máy sấy tóc
giúp người được chăm sóc sấy khô tóc
nhưng phải chú ý dùng ở nhiệt độ quá nóng
Và phải sấy khô
chân tóc của người được chăm sóc
Đừng để cho người được chăm sóc cảm

thấy da đầu nóng
như vậy sẽ không tốt
Sau khi gội đầu xong
lấy khăn tắm và miếng nhựa ra
chúng ta bắt đầu thay áo
từ bên khỏe trước
Trong quá trình thay áo
chú ý giữ ấm mọi lúc
Và tránh để phần da phơi lộ ra ngoài
phải chú ý đến quyền riêng tư của họ
lật người sang một bên
nắm tay vào đây
Phương thức mặc áo
chúng ta sẽ bắt đầu mặc từ bên yếu trước
Khi giúp người được chăm sóc lật người
nhớ là động tác phải nhẹ nhàng
Cài khuy vào
Cuối cùng, hãy nhớ đặt gối
về lại chỗ cũ
để đầu của người được chăm sóc nằm lên
gối
Bà ơi, bà gội xong đầu rồi
áo cũng đã thay xong

bà thấy có thoải mái không ạ ?
Vâng, vậy bà nghỉ chút nhé
cháu đi dọn đồ đã
xong cháu sẽ ra với bà
Kéo rèm
Cuối cùng
khi chúng ta đã thực hiện xong
chúng ta dùng cây lau nhà xác nhận
sàn nhà đã được lau khô hay chưa
đồng thời đặt mọi vật dụng về chỗ cũ
là đã hoàn thành bài thi này
Gội đầu trên giường không phải là công việc
dễ dàng
Xin nhắc mọi người động tác phải nhẹ nhàng
Nếu bắn nước ra ngoài
rất dễ bị trừ điểm





Tân di dân học online

Chứng chỉ đơn cấp dành cho người chăm sóc

Rửa hội âm và vệ sinh ống niệu

p13



Hôm nay , chúng ta sẽ tìm hiểu
đề thi rửa hội âm và vệ sinh ống niệu
trong bài thi nhân viên chăm sóc
Chúng ta sẽ sử dụng hình nộm có giới tính
khác nhau để mô phỏng
Nội dung bài thi này
là một trong những công tác rất quan trọng
trong dịch vụ chăm sóc của chúng ta
Ông Tang,
vì ông sử dụng ống niệu
nên hôm nay cháu sẽ giúp ông
rửa hội âm
và khử trùng ống niệu
Sau khi, giải thích cho người được chăm sóc
về công việc ngày hôm nay
Rửa sạch hai tay trước
rồi bắt đầu chuẩn bị vật dụng
chúng ta cần phải nói bằng lời
các vật dụng có thời hạn sử dụng
Ngày sản xuất que bông to
ngày 02 tháng 05 năm 2022
thời hạn sử dụng 3 năm
vẫn còn hạn
Khi tất cả các vật dụng đã được chuẩn bị
chuyển đến bên giường của người được
chăm sóc rồi kéo rèm lại
Kéo rèm lại
Hạ song giường xuống
đặt ga giữa chống thấm vào giữa eo và hông
Ông ơi, cháu giúp ông cởi quần ra nhé

Cởi quần cho người được chăm sóc
đến vị trí đầu gối
Trước tiên gấp ngược ống niệu của túi niệu
Cả túi niệu, ống niệu
cùng luồn qua ống quần bên phải
Chúng ta đặt bỏ vào
vị trí hông của người được chăm sóc
chú ý áo trên phải ép dưới bỏ
Lấy gối ra
lót dưới chân trái
nâng cao đầu giường lên
Gập chân phải của người được chăm sóc
cuốn khăn mặt vào
bắt chân
Đặt khay cong vào
bên cạnh bỏ
Sau đó xé 4 đoạn băng keo thoáng khí
dán vào cuối giường để sẵn sử dụng
và tháo băng dính cổ định ống niệu ra
rút giấy vệ sinh với lượng thích hợp
đặt trên hội âm rồi mới được đeo găng tay
Chuẩn bị bắt đầu vệ sinh
Mở túi que bông to từ phía cuối que
rút một que bông ra
nhúng nước và xả phòng trong chậu rửa
mặt bắt đầu vệ sinh
Kéo nhẹ bao quy đầu để lộ quy đầu
Vệ sinh một vòng quy đầu
Sau đó dùng que bông mới
nhúng nước sạch để vệ sinh



Chú ý không được tái sử dụng que bông
Tiếp theo cho khăn mặt vào chậu rửa mặt
làm ướt rồi vắt khô
Gấp khăn mặt thành một nắm tay
nhúng vào xà phòng
vừa nói bằng lời vừa lau chùi
Rửa sạch dương vật
trên trái phải dưới Bìu trái bìu phải
đến hậu môn
Sau khi vệ sinh
kết hợp dội rửa ấm niệu
rửa sạch một lần
Ở đây đặc biệt chú ý
không được chùi qua lại
Cuối cùng dùng giấy vệ sinh lau sạch
vết nước trên đùi
Sau đó thay găng tay mới
mở túi que bông nhỏ
từ phía cuối que
chúng ta lấy ra 5 đến 6 que bông
nhúng vào betadine
mỗi lần dùng một que bông
khử trùng ống niệu bằng betadine
từ miệng đường tiết niệu đến chỗ 5 cm
dọc theo ống niệu
bằng cách chà vòng quanh
Sau đó lấy ra thêm 5 đến 6 que bông



que bông nhỏ phải nhúng ẩm nước muối sinh lý theo cách tương tự dọc theo ống niệu từ lỗ tiết niệu kéo dài khoảng 5 cm Ông ơi, bây giờ cháu lấy bỏ ra nhé Sau khi khử trùng xong thì lấy bỏ ra rồi dùng giấy vệ sinh lau vết nước trên mông Sau đó cố định ống niệu lên người của người được chăm sóc Ghi nhớ cần tháo găng tay ra thì băng keo thoáng khí mới không dính vào găng tay gây cản trở thao tác Sau khi cố định xong hạ đầu giường xuống đặt gối về vị trí cũ lấy khay con và khăn mặt ra Cuối cùng mặc lại quần cho người được chăm sóc đắp chăn lên kéo rèm ra và ghi lại tình hình của người được chăm sóc

Cuối cùng vứt bỏ rác bẩn trong xô và găng tay vào trong thùng rác Sau khi tắt cả các vật dụng để vào vị trí cũ phải nhớ rửa sạch tay nhé Tiếp theo thực hiện rửa hội âm và vệ sinh ống niệu cho nữ giới Tương tự vậy, giải thích cho người được chăm sóc công việc cần thực hiện hôm nay Xác nhận nhiệt độ nước khoảng từ 41 đến 43 độ Bà ơi, bây giờ cháu xác nhận nhiệt độ nước nhé Nhiệt độ nước này có được không ạ Sau khi xác nhận nhiệt độ nước không có vấn đề gì dùng phương thức dội rửa từ trên xuống dưới Que bông đầu tiên chùi sạch từ lỗ niệu đạo đến hậu môn Que bông thứ hai chùi từ môi bé xa đến hậu môn Que bông thứ ba chùi từ môi bé gần đến hậu môn

Que bông thứ tư chùi từ môi lớn xa đến hậu môn Que bông thứ năm chùi từ môi lớn gần đến hậu môn Chú ý que bông đã qua sử dụng không được tái sử dụng nữa Sau đó lấy que bông mới ra lặp lại thứ tự tương tự nhẹ nhàng lau khô hội âm Sau khi kiểm tra túi niệu mở túi que bông nhỏ từ phía cuối que rút ra 5 đến 6 que bông nhúng vào betadine rồi kéo nhẹ ống niệu ra khoảng 0,5 cm khử trùng theo vòng tròn Sau đó chùi ống niệu từ lỗ niệu đạo kéo dài 5 cm mỗi lần dùng một que bông lặp lại 5 đến 6 lần Sau khi kết thúc tương tự vậy rút 5 đến 6 que bông ra nhúng vào nước muối sinh lý chùi sạch betadine còn sót lại Vết nước bên trong hai đùi cần lau sạch

Chú ý phải lau theo một hướng Cuối cùng phải nhớ cố định ống niệu bằng băng keo thoáng khí theo phương thức dán chữ # Sau khi cố định xong hạ đầu giường xuống đặt gối về vị trí cũ lấy khay con và khăn mặt ra Cuối cùng mặc lại quần cho người được chăm sóc đắp chăn lên kéo rèm ra và ghi lại tình hình của người được chăm sóc Bà ơi, chúng ta hôm nay đã rửa xong hội âm cháu đi thu dọn vật dụng đã chùi rửa sẽ quay lại với bà Quá trình thực hiện bài thi này khá phức tạp Trong quá trình thực hành, mọi người nhất định phải thực hiện đầy đủ các chi tiết như vậy mới có thể hoàn thành bài thi thuận lợi





Hôm nay, chúng ta cùng tìm hiểu
bài thi hỗ trợ lên xuống giường
và ngồi trên xe lăn
trong bài thi nhân viên chăm sóc
Trọng điểm của bài thi này là
cách sử dụng xe lăn đúng cách
và làm cách nào hỗ trợ người được chăm
sóc
lên xuống giường an toàn
Chào ông Wang
cháu là nhân viên chăm sóc của ông
thời tiết hôm nay rất đẹp
cháu sẽ đẩy ông ra ngoài phơi nắng nhé
Ông chờ một chút
cháu đi chuẩn bị vật dụng
Mở xe lăn
Có tổng cộng 5 bước kiểm tra
Thứ nhất là đẩy thử
chắc chắn không có vấn đề gì
Thứ hai là phanh xe
phanh hai bên phải đủ lực phanh
Thứ ba là phải kiểm tra áp suất lốp
áp suất lốp ở cả hai bên
đều phải chắc chắn có áp suất lốp
Bước thứ tư
chúng ta sẽ tự ngồi thử
xem đệm ghế có ổn định hay không ?
Rồi, sau khi ngồi thoải mái
thì kiểm tra bàn đạp chân
bàn đạp chân có an toàn hay không ?

Khi đảm bảo mọi chức năng đều tốt
chúng ta sẽ chuẩn bị
giày đi ngoài trời
và quần áo đi ra ngoài
Tiếp theo, chúng ta đi đến
bên giường của người được chăm sóc
Thông thường, chúng ta sẽ đứng
ở đầu giường phía bên khỏe
Sau khi xác định vị trí
và đặt các vật dụng của chúng ta ở nơi thích
hợp
để chút nữa sử dụng
Chúng ta phải rửa sạch tay trước
Sau khi rửa tay
Ông Wang,
cháu đã chuẩn bị sẵn mọi thứ
bây giờ cháu sẽ ôm ông xuống giường nhé
cháu đặt chân sang một bên
Ông Wang,
cháu sẽ di chuyển ông đến mép giường
Rồi, cháu đan các ngón tay của ông lại với
nhau
Thông thường chúng ta sẽ yêu cầu người
được chăm sóc
lấy tay khỏe nắm lấy tay yếu
Rồi, tay phải nắm chặt
Khi chúng ta di chuyển người cao tuổi tới
tư thế ngồi dậy
phải hết sức cẩn thận
tránh va vấp, té ngã



Ông Wang, chúng ta ngồi dậy nhé
để cháu coi nào
sắc mặt ông hồng hào
mạch đập bình thường
hơi thở đều đặn
Cháu chuẩn bị di chuyển ông lên
trên xe lăn
Ôm quàng vào đầu cháu
Lúc này nhân viên chăm sóc
phải thật cẩn thận
rất có khả năng người cao tuổi sẽ tuột tay ra
và ngã xuống sàn
Vì vậy phải hết sức cẩn thận
Khi ôm lên phải thật chú ý
không được để chân chạm xuống sàn
Phải thật cẩn thận
trong quá trình này
không được để chân va vào xe lăn
Ông Wang, sắc mặt ông hồng hào
mạch đập bình thường
hơi thở đều đặn
Sau khi xác định vị trí
đặt bàn đạp chân của xe lăn
nằm xuống
Ông ơi, cháu mặc áo cho ông nhé
Mặc áo khoác
Khi mặc áo



chúng ta sẽ mặc bên yếu trước
tức là mặc bên trái trước
Sau khi mặc bên trái xong
thì mới mặc bên phải, tức là bên khỏe
Sau khi mặc áo xong
phải kéo phẳng áo
phía sau ra
rồi kéo dây kéo lên
hoặc cài nút khuy áo lại
Cho hình nộm của chúng ta
mặc xong quần áo ấm này
Sau khi quần áo đã phẳng phiu
chúng ta sẽ đặt lên trên hình nộm
một cái gối
để cố định
tính ổn định của hình nộm
Sau khi xác định xong vị trí
thì chúng ta bắt đầu
đi tắt và giày cho hình nộm chuẩn bị ra ngoài
Ông ơi, chúng ta đã đi xong tắt và giày rồi
chúng ta ra ngoài phơi nắng nhé
Nhà phanh ra
Ông ơi,

ông thấy hôm nay nắng đã lên
hoa cũng đã nở
chim đang hót líu lo trên cây
bướm bướm bay quanh
có cả trẻ con đang nô đùa trên bãi biển
Ông ơi, ông có mệt không?
Mệt rồi
Chúng ta quay về nghỉ ngơi nhé
Chờ chút
cháu sẽ ôm ông lên giường
Thông thường khi quay về giường cũng thế
Đặt xe lăn ở góc 45 độ hoặc song song
với đuôi giường
Ông ơi, cháu cởi áo khoác cho ông nhé
Khi cởi áo
phải cởi bên khỏe trước
tức là cởi bên tay có thể tự cử động trước
Còn bên tay yếu
sẽ cởi ra sau
Ông ơi, chuẩn bị lên giường nhé
Trước tiên chúng ta đan các ngón tay của hai
tay lại với nhau
Các bạn phải chú ý cẩn thận nhé

Các ngón tay của hình nộm này
của chúng ta rất yếu
không được kéo mạnh
không là nó sẽ bị kéo đứt
Dùng phương thức áp ngón tay
để các ngón tay đan chặt vào nhau
động tác đan các ngón tay vào nhau phải
chính xác
nếu không, chút nữa di chuyển
nó sẽ tuột ra
Thu bàn đạp chân vào
Đây là một động tác rất quan trọng
phải thu bàn đạp chân lại
thì mới được di chuyển
Ông chuẩn bị lên giường nào
Lúc này, nhân viên chăm sóc phải hết sức
cẩn thận
tránh làm rớt hình nộm xuống đất
không được để chân chạm xuống sàn
Một tay ở trên và một tay ở dưới
lùi ra sau
Sau khi lùi ra sau hai bước
xoay người lại tới mép giường

Sau khi xác định xong vị trí an toàn
thì đặt hình nộm lên
Ông ơi, ông đã ngồi lên giường rồi
xem sắc mặt ông hồng hào
hơi thở bình thường
cháu bắt mạch cho ông nhé
mạch đập đều đặn
Rồi, ông nằm lên giường nhé
Sau đó cởi giày và tắt ra
Ông ơi, ông đã nằm lên giường
tôi đắp chăn cho ông
Cháu đi cất đồ đã nhé
rửa sạch tay rồi sẽ quay lại với ông
Thí sinh nên vứt đồ đã qua sử dụng
vào khu vực đựng rác thải
Sau khi xử lý xong mới đi rửa tay
Ở đây cô xin nhắc mọi người
phải thực hiện chính xác các động tác
hỗ trợ người được chăm sóc lên xuống
giường
và phòng ngừa không may vấp ngã
hoặc dùng lực quá mạnh
khiến bản thân bị tổn thương

