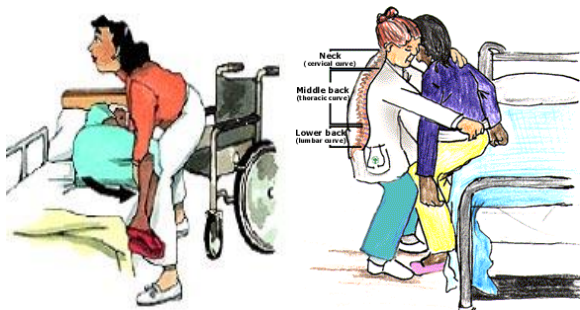


## خواباندن بیمار در حالت نشسته

- در سمت چپ یا راست بیمار بایستید (به تناسب چپ دست یا راست دست بودن).
- دست خود را پشت شانه بیمار قرار دهید.
- پای بیمار که به شما نزدیکتر است را روی پای دیگر او قرار دهید.
- دست دیگر خود را زیر پای بیمار قرار دهید.
- بیمار را به آرامی بخوابانید .
- پاهای او را بالا بیارید و بر روی تخت قرار دهید .



## روش صحیح انتقال بیمار از روی صندلی چرخدار به تخت

- روبروی صندلی چرخدار بیمار بایستد و هردو پای بیمار را بینای خود قرار دهد.
- بیمار دستان خود را به دور گردن شما حلقه کرده و به هم قفل نماید.

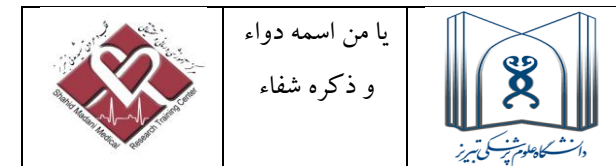
(۳)

## مخاطرات رایج در حمل دستی بیمار

- حمل تکراری بیمار** (چندین بار در یک شیفت انجام شود)
- حمل در **وضعیت نامناسب** (مثلا برای بلند کردن بیمار از عرض تخت استفاده شود)
- اعمال **نیرو و فشار بیش از حد و غیر ضروری** (مثلا هل دادن صندلی چرخدار در بالا و پایین رفتن از رمپ)
- بلند کردن **بارهای سنگین** (مثل بیمار بی تحرک) به تنهایی
- حمل بیمار در وضعیت **کشیدگی بیش از حد** عضلات بدن
- بلند کردن **بیمارانی که قادر به حفظ تعادل خود نیستند** حمل صحیح آنها و نحوه بکار گیری لوازم کمکی
- آموزش نادرست** و غیرموثر تکنیکها یا عدم آموزش در این زمینه
- فاصله زیاد بین بیمار و پرستار** در هنگام حمل و جابجائی
- پوسچرهای نادرست** در حین انجام کار (مثل خم شدن و چرخش کم)



(۲)



یا من اسمه دواء  
و ذکره شفاء

## شیوه جابجایی صحیح بیمار



واحد آموزش سلامت  
تابستان ۹۹

مرکز آموزشی درمانی و تحقیقاتی قلب و عروق

شهید مدنی تبریز

<http://madanihosp.tbzmed.ac.ir>

(۱)

### جابه جایی بیمار از صندلی چرخدار به تخت با کمک دو نفر

- ۱) یک نفر در پشت صندلی چرخدار قرار گرفته یکی از پاهای خود را از ناحیه زانو بر روی تخت قرار می دهد و دستانش را زیر کتف بیمار به هم قفل می کند.
- ۲) نفر دیگر با رعایت روش صحیح برداشتن بار، پاهای بیمار را گرفته و بلند می کند.
- ۳) با هماهنگی یکدیگر اقدام به بلند کردن بیمار و انتقال آن بر روی تخت می کند.



(۶)

### انتقال بیمار روی تخت با کمک دو نفر

- ۱) بیمار به حال نشسته بر روی تخت قرار می گیرد و زانوهای خود را جمع کند.
- ۲) دو نفر در دو طرف بیمار قرار گرفته و پاهای خود را به عرض شانه از هم باز کنند و بیمار دستان خود را بر روی شانه های آنها قرار دهد
- ۳) یکی از دستهای دو نفر در زیر زانوی بیمار به هم قفل شود .
- ۴) دست دیگر آنها در نقطه بالاتر تخت و در پشت بیمار به عنوان تکیه گاه قرار گیرد.
- ۵) بیمار را روی تخت جابه جا نموده و بخوابانید.
- ۶) در این حالت فشار موجود باید بر روی پاها وارد شود و نه کمر.



(۵)

- ۳) شما نیز دستان خود را به زیر کتف بیمار حلقه کنید. (به هیچ وجه نباید کمر شما خم شود).
- ۴) با استفاده از نیروی پا (و نه فشار به کمر) بیمار را بلند کنید. همکاری خود بیمار بسیار موثر است. بنابراین قبل از اقدام بیمار را با خود هماهنگ کنید.
- ۵) بیمار را به سمت تخت بچرخانید. چرخش باید با استفاده از پاها انجام گیرد نه کمر .
- ۶) کمک کنید بیمار به روی تخت بنشیند.



(۴)