
راهنمای مهارت‌ها و پروسیجرهای بالینی

همراه با DVD

قابل استفاده برای دانشجویان پزشکی، دندانپزشکی، پرستاری و پیراپزشکی، کمک پرستاری، بهیاری
کمک بهیاری و کارآموزان دوره‌های کمک‌های اولیه

مؤلف:

فرحناز پهلوانی نژاد

کارشناس و مدرس مرکز آموزش و سنجش مهارت‌های بالینی دانشگاه علوم پزشکی سمنان

با همکاری:

امیر حسن دهقان نیری

علی بابایی صلحدار کلایی

دانشجویان دکتری عمومی پزشکی

اعضای کمیته دانشجویی مرکز توسعه آموزش پزشکی دانشگاه علوم پزشکی سمنان

ویراستار علمی:

دکتر اکرم علیزاده

عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی سمنان

ویراستار ادبی:

ماه‌نوش لطفی

دانشجوی دکتری عمومی دامپزشکی



سرشناسه	پهلوانی نژاد، فرحناز، ۱۳۴۹ -
عنوان و نام پدیدآور	راهنمای مهارت‌ها و پروسیجرهای بالینی همراه با DVD قابل استفاده برای دانشجویان پزشکی، دندانپزشکی، پرستاری و پیراپزشکی، کمک‌پرستاری، بهیاری، ... / تالیف فرحناز پهلوانی نژاد، با همکاری امیرحسین دهقان‌نیری، علی بابایی‌صلحدار کلایی؛ ویراستار علمی اکرم علیزاده؛ ویراستار ادبی ماه‌نوش لطفی.
مشخصات نشر	تهران: رویان‌پژوه، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری	۲۴۸ص: مصور.
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۴۰۸-۸۸۹-۳:
وضعیت فهرست نویسی	فیبا
یادداشت	کتابنامه: ص. ۲۴۴.
یادداشت	نمایه.
موضوع	مهارت‌های بالینی -- راهنمای آموزشی (عالی)
موضوع	Clinical Competence -- Study and teaching (Higher)
موضوع	پرستاری -- راهنمای آموزشی (عالی)
موضوع	Nursing -- Study and teaching (Higher)
شناسه افزوده	دهقان نیری، امیرحسین، ۱۳۷۷-
شناسه افزوده	بابایی صلحدار کلایی، علی، ۱۳۷۵-
شناسه افزوده	علیزاده، اکرم، ۱۳۶۰- (دکتر)، ویراستار
شناسه افزوده	لطفی، ماه‌نوش، ۱۳۷۷-، ویراستار
رده بندی کنگره	RA۳۹۹:
رده بندی دیویی	۶۱۰/۶۹۵:
شماره کتابشناسی ملی	۸۴۳۴۰۹۰:
اطلاعات رکورد کتابشناسی	فیبا



راهنمای مهارت‌ها و پروسیجرهای بالینی

مؤلف: فرحناز پهلوانی نژاد با همکاری: امیرحسین دهقان‌نیری، علی بابایی صلحدار کلایی
ویراستار علمی: دکتر اکرم علیزاده **ویراستار ادبی:** ماه‌نوش لطفی

ناشر:	رویان پژوه
نوبت چاپ:	اول - ۴۰۰
صفحه آرا:	مصطفی ابدان
چاپ و صحافی:	خاطره
قطع و تعداد صفحات:	وزیری - ۲۴۸
شمارگان:	۳۰۰ نسخه
بها:	۹۸۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۴۰۸-۸۸۹-۳

کلیه حقوق مادی و معنوی اثر متعلق به ناشر است و هرگونه تکثیر، بازنویسی، خلاصه‌برداری و یا برداشت به هر نحوی بدون اجازه کتبی از ناشر مجاز نبوده و منجر به پیگرد قانونی می‌باشد.

دفتر نشر و نمایشگاه دائمی: تهران، خیابان انقلاب، بین ۱۲ فروردین و منبری جاوید (روبروی دبیرخانه دانشگاه تهران)

تلفن: ۶۶۴۸۶۳۷۳ - ۶۶۹۷۰۷۴۰

ساختمان کتاب‌های جیبی، طبقه سوم

[www. RPpub. ir](http://www.RPpub.ir)

فهرست

۷	پیشگفتار.....
۹	فصل ۱: کنترل عفونت.....
۳۳	فصل ۲: اصول بررسی علایم حیاتی.....
۵۱	فصل ۳: اصول حرکت، فعالیت و تامین آسایش و وضعیت بیمار position.....
۶۷	فصل ۴: اصول حمل مصدوم.....
۷۷	فصل ۵: تامین بهداشت فردی.....
۸۵	فصل ۶: تعویض ملافه‌های (ملحفه‌های) تخت.....
۹۱	فصل ۷: تامین نیازهای غذایی مددجو.....
۹۷	فصل ۸: اصول دفع مدفوع.....
۱۰۵	فصل ۹: اصول دفع ادرار.....
۱۱۵	فصل ۱۰: اصول تامین اکسیژن.....
۱۳۹	فصل ۱۱: اصول دارو درمانی.....
۱۸۵	فصل ۱۲: مراقبت از زخم.....
۲۰۳	فصل ۱۳: اصول بخیه زدن.....
۲۱۷	فصل ۱۴: معرفی مرکز مهارت‌های بالینی (SKILL LAB) دانشگاه علوم پزشکی سمنان.....
۲۳۷	اصطلاحات پر کاربرد در پزشکی.....
۲۴۵	واژه‌یاب.....

پیشگفتار

به نام او که هر چه هست و هر آنچه نیست از اوست

سال‌ها پیش بر آن شدیم تا همچون دیگر دانشگاه‌های معتبر داخل و خارج از کشور پایه‌گذار مرکز مهارت‌های بالینی (SKILL LAB) در دانشگاه علوم پزشکی سمنان باشیم. در این واحد تصمیم بر این شد هر چه از مهارت‌های خود در بالین کسب کردیم به همه گروه‌های دانشجویی و همچنین همکاران منتقل کنیم پس تمام تجربه و مهارتی که طی سال‌ها در بیمارستان‌ها و بخش‌های مختلف آموختیم در کنار هم گذاشتیم و با دسترسی به مراجع و منابع علمی و با حضور در کنار اساتید مجرب اقدام به تدریس این مهارت‌ها کردیم. این مهارت‌ها شامل: ۴ واحد اصول و فنون پرستاری، سمیولوژی یا نشانه‌شناسی ۳/۵ واحد کمک‌های اولیه جهت دانشجویان دندانپزشکی، رادیولوژی و فوریت‌ها و همچنین کار در اتاق عمل جهت دانشجویان هوشبری و اتاق عمل می‌باشد. در این راستا بر خود می‌دانم تمام تجربیاتی که در این دوران کسب شد به صورت فیلم (DVD) در اختیار همه تشنگان علم قرار دهم در این راستا از کتاب‌های زیادی استفاده شد که از یکایک عزیزان به جهت انتقال دانایی و دارایی ارزشمندشان به ما کمال تشکر را دارم.

این کتاب تقریباً شامل تمام موارد مورد نیاز دانشجویان ذکر شده در محیط بالین می‌باشد. در این خلاصه سعی شده است با نگارش سلیس و گویا، تکنیک کاملاً شرح داده شود؛ همچنین اهداف و وسایل مورد نیاز معرفی گردد. این گزیده شامل عکس‌های کاملاً گویایی می‌باشد که به درک مفاهیم کتاب کمک خیلی زیادی نموده است. شاید بزرگترین مزیت این کار همراه بودن آن با DVD می‌باشد که پس از انجام اقدامات اولیه لازم پروسیجر را روی مانکن‌های تخصصی، بیمار نما یا به شکل ایفای نقش Rule playing توضیح می‌دهد.

علاوه بر استفاده از منابع کاملاً معتبر و شناخته شده و همچنین رعایت سر فصل آموزشی این کتاب بیشتر حاصل تجربه کاری در کنار اساتید بزرگوار و با تجربه

می‌باشد تا بتواند روش کار در حد امکان و متناسب با امکانات فعلی بیمارستان‌ها را فراهم آورد. و اکنون که نه به پایان راه بلکه به نیمه آن رسیدیم، خداوند را نه سپاس بلکه هزاران پاس می‌گوییم که نه تمام آنچه به ما داد بلکه نیمی از بار شانه‌هایمان را بر زمین نهادیم. و بارها سپاس از همه آنها که به ((من)) آموختند.

تابستان ۱۴۰۰

فصل ۱

کنترل عفونت

مقدمه

قبل از توضیح در مورد انجام هر کدام از تکنیک‌های رایج توجه شما را به اصول و نکاتی جلب می‌نمایم که در مورد همه تکنیک‌ها باید انجام گردد تا تکنیک مرحله‌ای و به درستی انجام گردد این نکات به صورت اختصار به شکل C. W. I. P. A. T ارائه می‌گردد. که هر حرف اختصار زیر می‌باشد:

C: Check the order & Equipment

W: Wash your hands

I: Identify the patient

P: Provide for safety & privacy , position

A: Assess the problem

T: Tell the patient what are you doing now

کنترل عفونت: همه ما به خوبی می‌دانیم اطراف ما چه در محیط منزل و چه در محیط بیرون از آن میکروارگانیزم‌هایی موجود می‌باشد که خیلی از آنها در حالت عادی در فلور طبیعی بدن موجود می‌باشند و بدون آسیب به ما یا بدون ایجاد مشکل با آنها زندگی می‌کنیم.

فلور نرمال Normal flora: میکروارگانیزم‌هایی که معمولاً در قسمت‌های مختلف بدن زندگی می‌کنند و قسمتی از سیستم دفاعی بدن هستند فلور طبیعی نامیده می‌شوند.

اما خیلی از میکروارگانیزم موجود که به آنها فرصت طلب اطلاق می‌شود به عنوان مثال اشرشیا کولی E. coli که در سیستم گوارش زندگی می‌کند اگر به سیستم ادراری منتقل شود باعث عفونت ادراری می‌گردد و یا عفونت‌هایی که به محض آسیب به یکی از سدهای دفاعی بدن از جمله: پارگی پوست به هر دلیل (آسیب جراحی و یا صدمه مکانیکی) و یا کاهش سیستم ایمنی بدن باعث بروز مشکلات و آسیب‌های جدی و گاهی جبران ناپذیر می‌گردند بنابراین در مواقع لزوم کنترل یا از بین بردن چنین میکروارگانیزم‌هایی ضروری می‌باشد.

منظور از کنترل عفونت از بین بردن میکروارگانیزم و یا جلوگیری از انتقال عفونت به بدن و جلوگیری از آسیب می‌باشد در هر حال کنترل عفونت در طرفین (هم بیمار هم درمانگر) باعث پیشگیری از عفونت می‌گردد.

اهمیت شستشوی دست‌ها

شستشوی دست‌ها از سال ۱۸۴۴ زمانی شروع شد که با مقایسه مرگ و میر دو گروه از زنان (گروهی که در منزل زایمان کرده بودند به نسبت گروهی که در بیمارستان زایمان کردند) تفاوت معنی داری در میزان ابتلای این بیماران به عفونت و مرگ و میر ناشی از عفونت به عمل آمد.

تجربه "دکتر زمیل وایس": دکتر وایس در بیمارستانی در وین متوجه شد زنانی که در منزل زایمان می‌کنند خود و کودکانشان کمتر در اثر ابتلا به عفونت می‌میرند که نتیجه‌گیری به نفع شستشوی دست به صورت صحیح و با زمان مشخص منجر شد.

تکنیک صحیح شستشوی دست به قدری کارآمد می‌باشد که اگر قبل و بعد از هر تکنیک شستشوی دست‌ها صورت گیرد منجر به از بین رفتن HBS Ag و همچنین HIV و پروس می‌گردد.



شکل ۱-۱ شستشوی دست‌ها از راست به چپ

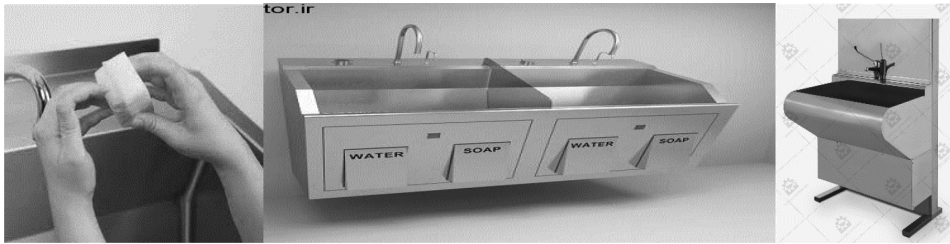
شستشوی دست‌ها به دو روش دست شستن پزشکی (Medical) و دست شستن جراحی (surgical) انجام می‌گیرد. دست شستن پزشکی همان دست شستن عادی البته با رعایت زمان مشخص تا مچ دست‌ها می‌باشد که با روش مالشی Hand rub با مدت زمان ۲۰ s و دست شستن Hand wash با مدت زمان ۳۰ s انجام می‌گیرد در هر دو روش ذکر شده تمام سطوح دست از نوک انگشتان تا مچ دست به ترتیبی شسته شود که اگر مایع صابون به شکل ماده رنگی بود هیچ قسمت از دست بدون رنگ نباشد.

در روش جراحی دست‌ها تا بالای آرنج با مایع الکل یا اسکراب صابون و بتادین کاملاً شستشو گردد که جهت بسیاری از تکنیک‌ها از روش شستشوی دست به روش جراحی استفاده می‌گردد.

وسایل لازم جهت شستشوی دست

سینک اسکراب و روشویی که اصولاً باید در ارتفاع مناسبی نصب شود تا از پاشیدن آب به اطراف جلوگیری گردد، شیر آب مورد استفاده باید یا دارای چشم الکترونیک باشد تا خودبه‌خود باز و بسته گردد و یا با پدال و یا هندل که توسط آرنج باز و بسته گردد تا از اتلاف آب جلوگیری گردد.

بازو بسته کردن شیر توسط دست خود باعث انتقال مقادیر زیادی از میکروارگانیسم‌ها به دست‌ها و بالطبع به افراد می‌گردد بنابراین بهتر است جهت بستن شیر از دستمال تمیز یا کاغذی استفاده شود.



شکل ۱-۲ نمونه سینک‌ها در بخش‌های ویژه

دمای آب استفاده شده جهت شستشوی دست‌ها نباید خیلی سرد و یا داغ باشد. آب با دمای نسبتاً بالا باعث آسیب به دست‌ها، خشکی و ترک خوردن پوست می‌گردد دمای آب باید ولرم متمایل به گرم باشد. ماده‌ای که به عنوان تمیز کننده استفاده می‌گردد بهتر است مایع صابون باشد و حتی‌الامکان از صابون‌های قالبی استفاده نگردد. بتادین اسکراب (بتادین زرد) یا همان بتادین ۷/۵ درصد اگر به صورت مکرر استفاده گردد باعث آسیب به پوست می‌شود. همچنین مخزن صابون مایع به ترتیبی باشد که جهت دستیابی حداقل تماس با آن امکان‌پذیر باشد؛ ترجیحاً پدالی یا چشم الکترونیک باشد. دست‌ها پس از شستشو باید کامل خشک گردد تا به راحتی قادر به پوشیدن انواع دستکش خصوصاً دستکش‌های حاوی پودر تالک باشید جهت خشک کردن دست‌ها نیاز به دست خشک کن برقی، حوله یا دستمال کاغذی می‌باشد.

مزایا و معایب استفاده از خشک کن‌ها: حوله اگر شخصی نباشد شاهد میکروارگانیزم زیادی بر سطح آن هستیم. دستمال کاغذی روی دست می‌ماند و دست خشک کن برقی با چرخاندن هوای محیط باعث نشست میکروارگانیزم بر سطح دست‌هاست ولی اگر هوای آن گرم باشد اثر بهتری دارد و ارجح می‌باشد. بهترین خشک کن حوله‌های استریلی است که داخل پک گان استریل موجود است و در اتاق عمل بیشتر دیده می‌شود. همچنین از دیگر وسایل مورد نیاز یک جفت دست سالم از نظر پوست ناحیه، ناخن‌های کوتاه و عدم استفاده از لاک ناخن و وسایل زینتی حتی انگشتر و حلقه ازدواج می‌باشد.

اکنون پس از بررسی وسایل مورد نیاز جهت شستن دست‌ها آماده می‌باشیم. هر یک از روش‌های ذکر شده در DVD ضمیمه می‌باشد.

شستن دست به روش مدیکال: آستین‌ها را تا بالای مچ تا بزنید؛ شیر آب را باز کنید حدود ۲ cc از مایع شستشو را در کف دست بریزید و با آب مخلوط کنید؛ روی شیر آب و دسته آن را آغشته به صابون کنید پاکیزگی شیر و سینک بسیار با اهمیت می‌باشد. شیر آب و سینک در صورت عدم نظافت می‌تواند چندین برابر توالت حاوی آلودگی باشد. مقدار ۵ cc دیگر از مایع صابون کف دست بریزید با حرکات چرخشی کل کف دست، مابین انگشتان، پشت دست، انگشت شست و به اندازه یک کف دست دور مچ دست را بشویید به صورت مالشی دو دست را زیر آب بگیرید و کاملاً آبکشی کنید.

توجه: جهت صرفه‌جویی در مصرف آب می‌توانید از قبل مایع را با آب رقیق کنید ابتدا کاملا با رعایت مدت زمان ذکر شده دست‌ها را بشویید سپس شیر آب را باز کنید تا با مصرف آب کمتر دست‌ها را آبکشی کنید.



شکل ۱-۳ مراحل شستشوی دست به روش مدیکال

شستشو به روش جراحی: در این روش جهت انجام تکنیک‌های استریل آستین‌ها تا بالای آرنج تا می‌شود و از اسپونج جهت شستشو استفاده می‌گردد. شستشوی دست به روش تایمی و ضربه‌ای انجام می‌شود. از نوک ناخن‌ها شروع به شستشو کنید؛ زیر ناخن‌ها با تیل استیک داخل بسته کاملا تمیز شود جهت دست‌ها کاملا به طرف بالاست تا آب از بالای دست به نوک انگشتان برنگردد. قسمت ابتدایی در روش تایمی ۳۰ s با اسپونج شستشو شود؛ قسمت‌های بالاتر هر کدام ما بین انگشتان، کف دست و پشت دست، از قسمت بالای مچ دست بدون اسپونج با حرکات مالشی به مدت ۱۵s شسته شود. در روش ضربه‌ای

تعداد ضربه ملاک می‌باشد. باز از ناحیه انگشتان با ۲۰ ضربه شروع کنید و قسمت‌های بالاتر هر کدام ما بین انگشتان، کف دست و پشت دست، از قسمت بالای مچ دست بدون اسپونج با حرکات مالشی با ۱۰ ضربه شسته شود (توجه دست‌ها به هیچ عنوان از جلوی دید پایین تر نباشد)



شکل ۱-۴

رده بندی سطوح وسایل

- کثیف Dirty
- تمیز Clean
- ضدعفونی Disinfection
- استریل Sterile

مفهوم کثیف و تمیز و افتراق دو مفهوم کاملاً مشخص شده می‌باشد اما تفاوت ضدعفونی و استریل بدین معنی می‌باشد: وسیله‌ای که عاری از مواد بیماری‌زا و بدون آلودگی باشد و به اصطلاح فارسی فاقد پلشتی باشد و موادی که باعث این امر یعنی حذف آلودگی می‌شود پلشت زدا یا ضدعفونی کننده می‌باشند به عنوان مثال؛ شستشو با آب و صابون باعث تمیزی و الکل ۷۰٪ باعث پلشت زدایی و روش قدیمی‌تر جوشاندن و استفاده از حرارت خشک باعث از بین رفتن هاگ‌ها و اسپورهای موجود می‌باشد.



شکل ۱-۵ مراحل شستشوی دست به روش سرجیکال

سِتروَن کردن یا استریل (sterilization): فرایندی است که میکروارگانیسم‌ها و عوامل انتقال دهنده آن‌ها از جمله چارچ‌ها، باکتری‌ها، هاگ باکتری و ویروس را از سطح اجسام از بین می‌برد. فرایند استریل کردن بسته به جنس تجهیزات نیازمند به استریلیزاسیون شامل روش‌های:

- گرمایی خشک (فور)
- گرمایی مرطوب (اتوکلاو)
- شیمیایی
- رادیواکتیو پرتو گاما