

居家個人衛生-床上沐浴

一、目的：

- (一) 使身體清潔及舒適。
- (二) 促進血液循環。
- (三) 促使排泄。
- (四) 藉機觀察病人。

二、用物準備：

- (一) 中性肥皂或沐浴精、潤膚乳液。
- (二) 油布中單或大塑膠袋 1 條。
- (三) 大毛巾 2 條。
- (四) 小毛巾 1 條或小海綿 1 塊。
- (五) 溫水 1 桶。
- (六) 臉盆。

三、方法：

- (一) 洗臉：眼睛由內往外，T 字帶油質多應先打上肥皂，再以溫水清洗乾淨。鼻孔、耳朵以毛巾四個角清潔乾淨。鼻胃管留置之個案每日應更換鼻胃管黏貼膠布，並將餘膠擦淨。
- (二) 鋪橡皮中單、大毛巾於病人身體之下，保護床褥清潔乾淨。
- (三) 用毛巾捲成擦澡手套或用小海綿，先以肥皂清洗，再用溫水拭淨清洗部位。
 - 1. 毛巾捲成擦澡手套的方法：
將毛巾的一邊放在拇指與手指的基底部之間，毛巾的 1/3 越過手掌，剩下的一邊繞過手掌心用拇指緊握住，毛巾的尾端向上塞入手掌掌緣。
 - 2. 擦澡手套可防止指甲戳傷病人。
- (五) 同法依序清潔：頸部、胸部、手臂、腹部、大腿、小腿、足部、背部、會陰沖洗，最後修剪指甲。

四、注意事項：

- (一) 注意水溫適當 (41°C~43°C)。
- (二) 關閉門窗避免陣風，或將空調減弱，預防受寒。
- (三) 拉上圍簾，避免暴露病人。
- (四) 沐浴時間在餐前、餐後一小時為宜，以免消化不良。
- (五) 如有傷口，沐浴時勿弄濕敷料，否則沐浴後須立即重新更換敷料。
- (六) 水髒時應立即更換洗澡水。
- (七) 擦拭時，用力輕重適度，以免引起不舒服的感覺。
- (八) 注意需將皮膚上的肥皂完全擦淨。
- (九) 會陰部先以肥皂清潔，再用清水沖洗乾淨。
- (十) 分段擦洗，洗過後立即擦乾，以防著涼。
- (十一) 需注意腋下、腹股溝、乳下等皺摺處之清潔及乾爽。
- (十二) 清潔原則：由上而下，由裡而外，由中心往周邊，由乾淨處到髒污處。

諮詢電話：07-7511131 分機 2243、2246

民生醫院全體醫護人員 祝您早日康復