

مراقبت از بیماران با اختلال حرکتی

مراقبت از این بیماران یکی از چالشبرانگیزترین وظایف برای خانواده و مراقبین به شمار میرود. این بیماران ممکن است به دلیل سکته مغزی، آسیب نخاعی، اماس، پارکینسون یا صدمات فیزیکی دچار محدودیت در حرکت باشند. اما با داشتن برنامه‌های منظم، تجهیزات مناسب و آموزشهای کافی، میتوان محیطی ایمن، آرام و مؤثر برای بهبود و زندگی باکیفیت فراهم کرد.

بیمار دچار اختلال حرکتی چه نیازهایی دارد؟

افرادی با محدودیتهای حرکتی معمولاً نیاز به مراقبت در این زمینه ها دارند:

کمک در انجام فعالیتهای روزمره مانند لباس پوشیدن، حمام کردن و غذا خوردن جایی ایمن بین تخت، صندلی، ویلچر یا سرویس بهداشتی

تمرینات توانبخشی برای جلوگیری از تحلیل عضلات و بهبود عملکرد

مراقبتهای پوستی برای جلوگیری از زخم بستر حمایت روحی-روانی

برای کاهش افسردگی و انزوا

برنامه روزانه پیشنهادی برای مراقبت از بیمار حرکتی

- شروع روز با پاکیزگی و تحرک سبک

بیمار را به آرامی از خواب بیدار کرده و با کمک، او را به حالت نشسته درآورید

صورت، دس تنها و دهان بیمار را تمیز کنید تا احساس طراوت داشته باشد

در صورت توان، تمرینات کششی سبک با راهنمایی کاردرمانگر انجام شود

- تغذیه ایمن و تقویتی

وعدههای غذایی مغذی، نرم و متناسب با وضعیت بلع بیمار تهیه کنید.

هنگام غذا خوردن، بیمار را در وضعیت نشسته ۹۰ درجه قرار دهید. در صورت نیاز، از وسایل کمک خوراکی (مثل قاشق ضخیم یا فنجان دسته دار) استفاده کنید.



بلند کردن از کتف



بلند کردن از ساق پا



بلند کردن از ران پا



بلند کردن از پشت

-تعویض وضعیت بدن بیمار

برای جلوگیری از زخم فشاری (زخم بستر)، باید وضعیت بیمار هر ۲ تا ۳

ساعت تغییر کند. اگر بیمار بی تحرک است.

از تشک موج یا بالش تهای طبی استفاده کنید.

به پهلو یا پشت چرخاندن بدن طبق آموزش پرستار انجام شود.

-مراقبتهای بهداشتی منظم

حمام کردن بیمار (با تخت حمام یا صندلی حمام مخصوص)

بررسی پوست برای تشخیص قرمزی یا زخم تعویض لباس و پوشک در

صورت نیاز

-تمرینات حرکتی و فیزیوتراپی

طبق برنامه توانبخشی، تمرینات فیزیکی غیرفعال یا فعال انجام شود.

حضور کاردرمانگر در خانه م میتواند روند بازپایی را سرعت ببخشد.



مراقبت‌های پرستاری در بیماران با محدودیت حرکتی



سایت بیمارستان بیمارستان آیت ا...برجردی: Hbb.lums.ac.ir

واحد آموزش سلامت

چرا مراقبت تخصصی در منزل اهمیت دارد؟

در برخی موارد، مراقبین خانگی به تنهایی نمیتوانند خدمات توانبخشی و. پاسخگوی نیازهای بیمار باشند

پرستاری در منزل شامل:

حضور فیزیوتراپیست یا کاردرمانگر در منزل پرستار حرفهای برای
مراقبت شبانه روزی آموزش به خانواده درباره جابجایی ایمن و
پیشگیری از زخم بستر

جمع بندی

اختلالات حرکتی مانعی برای زندگی با کیفیت نیستند، به شرط آنکه
مراقبت‌های روزانه با دانش، صبر و تجهیزات مناسب انجام شود. مراقب
خوب بودن یعنی توجه به تمام ابعاد زندگی بیمار؛ از جسم گرفته تا
روان

به دنبال مراقبت حرف‌های برای بیمار حرکتی خود هستید؟

از خدمات تخصصی پرستاری، فیزیوتراپی و کاردرمانی در منزل

بهره مند شوید

تمریناتی مانند خم و راست کردن زانو، باز و بسته کردن انگشتان،
تمرینات تنفسی

حمایت روحی و انگیزشی

گفتگوهای روزانه با بیمار را فراموش نکنید.

بیمار را در تصمیمات کوچک خانه مشارکت دهید.

از نور طبیعی، موسیقی ملایم و فضای دوستانه بهره ببرید.

وسایل ضروری برای مراقبت در منزل

برای مراقبت بهینه از بیمار با اختلال حرکتی، موارد زیر کمک
کننده هستند:

-تخت قابل تنظیم پزشکی

-ویلچر یا واکر مناسب

-تشک مواج

-صندلی توالت مخصوص

-میز غذاخوری کنار تخت

-کفپوش ضد لغزش