

KẾ HOẠCH PHÒNG NGỪA LỞ DA CHỖ DA BỊ CHÈN ÉP (PREVENTION PLAN FOR SKIN BREAKDOWN OVER PRESSURE POINTS)

Chung cuộc, ngày 9 tháng Chín, 2002

Ghi chú: Một khi thân chủ hội đủ một trong số các "tác động khơi mào" của chương trình CARE đặt họ vào nguy cơ bị lở da cao nhất tại chỗ da bị chèn ép, thì những phòng ngừa sau đây sẽ được tự động in ra trên kế hoạch thẩm định/dịch vụ.

Tên Loại/Hình Thức Sàng Lọc: Chức năng vận động của giường nằm

Yếu Tố về Dữ Liệu: Giới Hạn

Giá Trị Dữ Liệu: Bệnh liệt giường

Để in chi tiết phân thẩm định, dưới phân Chức Năng Vận Động của Giường Nằm.

Với Thân Chủ bị Liệt Giường ngay từ đầu:

Điều Nên Làm:

1. Xem xét da của vị thân chủ này ít nhất một lần một ngày để tìm xem có các thay đổi về màu sắc hay nhiệt độ (âm hay mát), ngứa, lở loét, có mùi hôi hay đau đớn. Xem biểu đồ trên chỗ bị chèn ép, và chú ý đặc biệt tới các khu vực đó.
2. Giúp thân chủ đổi vị trí ít nhất là cứ mỗi 2 tiếng.
3. Dùng gối hay tấm lót nệm khác để:
 - a. Tránh chỗ xương bị đè trực tiếp lên giường;
 - b. Nâng giường lên; và
 - c. Tránh cho đầu gối và mắt cá đè trực tiếp lên nhau.
4. Khi thân chủ đang nằm nghiêng, tránh đặt họ nằm trực tiếp lên xương hông. Nhớ là những chỗ có xương không được đụng trực tiếp lên nhau, chẳng hạn như đầu gối và mắt cá.
5. Nâng đầu giường lên;
 - a. Chỉ khi thật cần thiết để được thoải mái và nếu thuận thảo với bệnh trạng và các giới hạn; và
 - b. Chỉ để lâu trong khi ăn uống, mặc đồ, làm vệ sinh, v.v.
 - c. Nâng chân giường lên cùng một lúc giúp cho thân chủ không bị trượt xuống chân giường.
6. Nâng, chứ không được kéo bệnh nhân nào không thể cùng giúp sức trong lúc di chuyển hay chuyển đổi vị trí,
7. Khi có thể được, hãy sử dụng thiết bị giảm áp xuất đặc biệt cho giường nằm.

Điều Không Nên Làm:

8. **Đừng** sử dụng các dụng cụ có hình thức giống như cái bánh đô nạt mua tại nhà thuốc. Dụng cụ này tạo thêm áp xuất thay vì giảm.
9. **Đừng** sử dụng đèn làm nóng, máy sấy tóc, hay "thuốc nước" để làm khô da hơn.

Báo các các thay đổi sau đây tới đúng người khi:

10. Da của vị thân chủ quý vị đang chăm sóc bị thay đổi, chẳng hạn như bị đỏ, viêm, nóng hay đau, bị nứt tét da tại chỗ bị chèn ép; hoặc
11. Quý vị thấy gót chân chai cứng và đổi màu đen, hay tím và mềm; hoặc
12. Quý vị không nắm bắt được cách chăm sóc, hay không biết có thiết bị đặc biệt nào cần đến hay không.

Tên Loại/Hình Thức Sàng Lọc: Chức năng vận động của giường nằm
Yếu Tố về Dữ Liệu: Giới hạn
Giá Trị Dữ Liệu: Bệnh Liệt Trên Ghế (không di chuyển được trên ghế)

Để in chi tiết phần thẩm định, dưới phần Chức Năng Vận Động của Giường Nằm.

Với Thân Chủ bị Bệnh Liệt Ghế Ngay Từ Đầu

Những điều nên làm:

1. Xem xét da của vị thân chủ này ít nhất một lần một ngày để tìm xem có các thay đổi về màu sắc hay nhiệt độ (ấm hay mát), ngứa, lở loét, có mùi hôi hay đau đớn. Xem biểu đồ trên chỗ bị chèn ép, và chú ý đặc biệt tới các khu vực đó.
2. Giúp thân chủ đổi vị trí ít nhất là cứ mỗi tiếng, nếu họ không thể tự nhắc người lên được.
3. Cứ mỗi 15 phút, yêu cầu hay giúp vị thân chủ nhắc người lên trong 15 giây.
4. Dùng nệm lót, gối hoặc dụng cụ giảm áp lực khác bảo vệ để không bị đè lên bề mặt cứng.
5. Chính vị trí thân chủ trong ghế sao cho ở vào vị trí thẳng người và đều đều lên các điểm có xương.

Những điều không nên làm:

1. **Đừng** sử dụng các dụng cụ có hình thức giống như cái bánh đô nạt mua tại nhà thuốc. Dụng cụ này tạo thêm áp xuất thay vì giảm.

Báo các thay đổi sau đây tới đúng người khi:

1. Da của vị thân chủ quý vị đang chăm sóc bị thay đổi, chẳng hạn như bị đỏ, viêm, nóng hay đau, bị nứt tét da tại chỗ bị chèn ép; hoặc
2. Quý vị không nắm được cách chăm sóc.

Để in chi tiết phần thẩm định dưới phần Dinh Dưỡng:

Các Gợi Ý về việc Ăn Uống:

Những điều nên làm:

1. Theo kế hoạch hướng dẫn cho việc phục vụ cho các nhu cầu ăn uống kiêng kham đặc biệt (thực phẩm và đồ lỏng), hoặc các món ưa thích về thực phẩm và đồ lỏng.
2. Nếu thân chủ bị mất cân, hay có thay đổi trong các thói quen ăn uống, hỏi họ lý do thay đổi này.
3. Cho ăn nhiều bữa ăn nhỏ và thường xuyên nếu họ ăn không ngon miệng. Nếu việc kiêng kham của họ cho phép, khuyến khích họ ăn thực phẩm có độ đậm cao (sữa, trứng, thịt, phô mai (cheese) v.v.)
4. Tránh các đồ ăn thức uống có chất caffeine, chẳng hạn như cà phê, nước ngọt (soda), và sô cô la. Chất Caffeine có thể gây ngứa ngáy khó chịu cho bệnh nhân.
5. Cho thân chủ uống thật nhiều nước. Nó sẽ làm loãng nước tiểu và giảm sự ngứa ngáy khó chịu cho da và bệnh nhân.

Báo các thay đổi sau đây tới đúng người khi:

1. Thân chủ có thay đổi lớn đến việc lên hay xuống cân, thay đổi trong việc ăn ngon miệng; hoặc
2. Da có các thay đổi mới hay trở nên tệ hại hơn, chẳng hạn như bị đỏ, nứt tét da, nóng hay đau đớn trên vùng bị chèn ép; hoặc
3. Không nắm chắc cách chăm sóc.

Tên Loại/Hình Thức Sàng Lọc: Tắm

Yếu Tố về Dữ Liệu: Tự Thực Hành

Giá Trị Dữ Liệu: Giới Hạn HAY Triển Hạn HOẶC Tổng Thể

Để in chi tiết phần thẩm định, dưới phần Tắm.

Ngừa Bệnh Da

Những điều nên làm:

1. Xem xét da của thân chủ ít nhất một lần một ngày để tìm xem có các thay đổi về màu sắc hay nhiệt độ (ấm hay mát), ngứa, lở loét, có mùi hôi hay đau đớn. Chú ý đặc biệt tới các điểm bị chèn ép.
2. Dùng xà bông dịu (tránh xà bông mang nhãn hiệu "khử trùng" hay khử vi khuẩn"). Dùng nước ấm (không phải nước nóng). Xả và lau thật khô (vỗ lên, dùng chà sát).
3. Bôi trơn da bằng loại cream làm ẩm da hoặc bằng mỡ bôi trơn (chẳng hạn như Eucerin hay Aquaphor).
4. Dùng tấm nệm hay khăn trên ghế tắm để giúp cho da không bị rách.
5. Bảo vệ da trong mọi việc di chuyển.

Những điều không nên làm:

1. **Đừng** chà sát da trên chỗ có xương

Báo các thay đổi dưới đây tới đúng người khi:

1. Khả năng nhắc người lên, quay, hoặc di chuyển v.v của thân chủ trở nên tệ hại hơn; hoặc
2. Quý vị cảm nhận rằng việc sử dụng thiết bị đặc biệt sẽ giúp quý vị di chuyển thân chủ quý vị an toàn và dễ dàng hơn; hay
3. Có những vấn đề hay thay đổi trong da của thân chủ như bị đỏ, sưng, nứt tét da, nóng hay đau đớn trên chỗ da bị đè nén; hoặc
4. Quý vị không nắm chắc cách chăm sóc.

Tên Loại/Hình Thức Sàng Lọc: Bọng Đái/Việc Đi Cầu

Yếu Tố về Dữ Liệu: Quản Trị Cá Thể

Giá Trị Dữ Liệu: Việc sử dụng, khô và sạch, đòi hỏi sự trợ giúp HOẶC việc sử dụng, bị chảy rò rỉ, tẩy rửa/giúp đỡ HAY Không sử dụng, có nhu cầu bị chảy rò rỉ

Để in chi tiết phần thẩm định này, dưới phần Đi Tiêu/Tiểu.

Việc Quản Trị các Đồ Tiếp Liệu cho việc Đi Tiêu Tiểu

Những điều nên làm:

1. Theo lịch trình đi cầu trên kế hoạch dịch vụ.
2. Nếu thân chủ không thể kiểm soát được nước tiểu hay phân của họ, thì dùng các đồ đựng đồ dơ (nước tiểu/phân) theo sự lựa chọn của thân chủ và giúp họ thay đồ ngay sau khi bị ướt hay đi cầu.
3. Tẩy rửa nhẹ nhàng hay tắm cho thân chủ sau khi bị dơ nước tiểu hay phân, để giữ cho da sạch.
4. Bôi một lớp mỏng một trong các thứ kem (cream) chống nước hay rào cản bảo vệ: zinc oxide, mỡ A&D, Desitin, Bag Balm, hoặc Balmex để bảo vệ da khỏi bị ướt.
5. Thông báo tới đúng người nếu quý vị không nắm chắc cách chăm sóc.

Những điều không nên làm:

1. Nếu có thể được, đừng dùng loại "đệm lót màu xanh" (loại lót ở dưới chống thấm nước chỉ dùng một lần). Chúng giữ lại hơi ẩm trên da. Loại được ưa chuộng và thay thế "thân thiện" cho da hơn là một loại vải chống thấm nước có thể giặt và dùng lại được.

Báo cho nhân viên thụ lý hồ sơ khi:

1. Quý vị không nắm chắc các sản phẩm lót đồ dơ khi đi tiêu/tiểu ra quần hay loại kem chống thấm nào để dùng. Nhân viên thụ lý hồ sơ có thể làm giấy giới thiệu để y tá nói chuyện với thân chủ và người chăm sóc.

Biểu Đồ Những Điểm Bị Chèn Ép (Diagram of Pressure Points)

Những điểm chèn ép lên xương là những chỗ dễ bị lở loét hay đau nhất vì chúng có ít chỗ đệm. Chỗ bị chèn ép là điểm yếu cho một bệnh nhân tùy thuộc vào vị trí mà bệnh nhân thường đè vào nhiều nhất.

