

Tekniki ta' tqandil tal-pazjenti għall-prevenzjoni tal-MSDs fil-kura tas-saħħa

Introduzzjoni

Id-disturbi muskuloskeletriċi relatati max-xogħol (MSDs) huma problema serja għall-persunal fl-isptarijiet, u b'mod partikolari għall-infirmiera. Iqajmu tħassib primarjament huma l-korrimenti fid-dahar u l-uġiġh fl-ispallejn, li t-tnejn li huma jistgħu jdgħajfu s-saħħa ta' dak li jkun b'mod gravi. Il-professjoni tal-infirmiera wriet li hija waħda mill-professjonijiet l-aktar f'riskju għal uġiġh fin-naħa ta' isfel tad-daharⁱ. Il-kawża prinċipali għall-MSDs hija marbuta mal-attivitajiet ta' tqandil ta' pazjenti bħall-irfigħ, it-trasferiment minn post għal ieħor, u ċ-ċaqliq f'pożizzjoni differenti tal-pazjenti.ⁱⁱ

Dan l-artikolu jipprovdi rakkomandazzjonijiet u eżempji għall-infirmiera bil-għan li jgħinhom inaqqsu n-numru u l-gravità tal-MSDs minhabba t-tqandil tal-pazjenti. L-implimentazzjoni ta' metodi korretti ta' rfigħ u ta' ċaqliq f'pożizzjoni differenti tista' tirnexxi b'mod konsiderevoli fit-tnaqqis tal-korrimenti relatati max-xogħol u fl-ispejjeż assoċjati mal-kumpens li jingħata lill-ħaddiema. Minbarra dan, tista' twassal għal aktar vantaġġi, inkluż tnaqqis fiċ-ċaqliq ta' ħaddiema, spejjeż tat-taħriġ u amministrattivi, tnaqqis fl-assenteiżmu, żieda fil-produttività u titjib fil-moral tal-impjegati.ⁱⁱⁱ

Għaliex l-attivitajiet ta' tqandil tal-pazjenti jistgħu jkunu perikolużi?

Hemm diversi fatturi li jagħmlu l-attivitajiet ta' tqandil tal-pazjenti perikolużi u li għalhekk iżidu r-riskju ta' korriment. Dawn il-fatturi ta' riskju huma relatati ma' aspetti differenti ta' tqandil tal-pazjenti:

Riskji relatati mal-kompitu:

- Forza fiżika: L-ammont ta' sforz fiżiku meħtieġ biex jitwettag il-kompitu (bħal irfigħ ta' piżziet, ġbid u mbuttjar) jew biex iżzomm kontroll ta' apparat u strumenti
- Ripetizzjoni: It-twettiq tal-istess moviment jew serje ta' movimenti b'mod kontinwu jew b'mod frekwenti matul il-jum tax-xogħol

ⁱ ,Silvia C. et al. An ergonomic comparison between mechanical and manual patient transfer techniques, 2002, Work, 19 (19-34)

ⁱⁱ American Nurses Association "Handle With Care" Campaign Fact Sheet. Disponibbli minn: <http://www.nursingworld.org/handlewithcare/>

ⁱⁱⁱ OSHA. Guidelines for Nursing Homes – Ergonomics for the Prevention of Musculoskeletal disorders, 2003. Disponibbli minn: <http://www.osha.gov/ergonomics/guidelines/nursinghome/index.html>

Aġenzija Ewropea għas-Saħħa u s-Sigurtà fuq il-Post tax-Xogħol -
<http://osha.europa.eu>



Tekniki ta' tqandil tal-pazjenti għall-prevenzjoni tal-MSDs fil-kura tas-saħħa

- o Pożizzjonijiet skomdi: Hídma f'pożizzjonijiet li jqiegħdu fi sforz il-ġisem, bħal inklinazzjoni fuq sodda, pożizzjoni fuq l-irkupptejn jew tgħawwiġ tat-tronk waqt l-irfigħ

Riskji relatati mal-pazjent: Il-pazjenti ma jistgħux jintrefgħu bħal tagħbijiet; għalhekk ir-"regoli" ta' rfigħ mingħajr periklu mhux dejjem japplikaw^{iv}

- o Il-pazjenti ma jistgħux jinżammu qrib tal-ġisem
- o Il-pazjenti ma għandhom ebda mankijiet minn fejn jistgħu jinqabdu
- o Mhuwiex possibbli li tbassar x'ser jiġri meta tkun qiegħed tqandel pazjent
- o Il-pazjenti jkunu goffi

Riskji relatati mal-ambjent:iii

- o Perikli ta' zliq, tfixkil fuq oġġetti u waqgħat
- o Uċuħ tax-xogħol irregolari
- o Limiti ta' spazju (kmamar żgħar, ammont kbir ta' apparat)

Riskji oħrajn: iii

- o Meta ma jkun hemm ebda assistenza disponibbli
- o Apparat inadegwat
- o Xedd is-saqajn u lbies mhux adegwat
- o Nuqqas ta' għarfien jew taħriġ

Tekniki differenti ta' tqandil tal-pazjenti

It-tqandil tal-pazjenti tirreferi għall-irfigħ, tniżżil, żamma, imbuttar jew ġbid tal-pazjenti. Il-metodi tat-tqandil tal-pazjenti jistgħu jinqasmu fi tliet kategoriji skont il-modi differenti ta' kif isiru:

1. Metodi ta' trasferiment manwali

Dawn jitwettqu minn professjonist tal-kura tas-saħħa wieħed jew aktar permezz tal-forza muskulari tiegħu u, kull fejn ikun possibbli, kwalunkwe kapaċità tal-moviment residwa tal-pazjent involut



Copyright Prevent

^{iv} American Nurses Association "Handle With Care" Campaign. Safe patient handling and movement. Disponibbli minn: www.cdc.gov/niosh/review/public/safe-patient/patienthandling2.html



Tekniki ta' tqandil tal-pazjenti għall-prevenzjoni tal-MSDs fil-kura tas-saħħa

2. Metodi ta' trasferiment bl-użu ta' għajnuniet żgħir għat-tqandil tal-pazjenti

Dawn huma tekniki għat-tqandil tal-pazjenti mwettqa permezz ta' għajnuniet speċifiċi bħal lożor bi frizzjoni baxxa, ċinturini ergonomiċi, pedani li jduru, virga biex pazjent jerfa' lilu nnifsu (*trapeze bar*) imwaħħla fuq is-sodda, eċċ



Copyright Prevent

3. Metodi ta' trasferiment bl-użu ta' għajnuniet kbar għat-tqandil tal-pazjenti

Dawn it-tekniki ta' tqandil jitwettqu permezz ta' apparat tal-irfiġ elettromekkaniku



Copyright Prevent

Għażla tat-teknika korretta għat-tqandil tal-pazjenti

L-għażla tat-teknika korretta għat-tqandil tal-pazjenti tinvolvi valutazzjoni tal-ħtiġijiet u l-kapaċitajiet tal-pazjent involut. Il-valutazzjoni tal-pazjent għandha tinkludi analiżi ta' fatturi bħal: ⁱⁱⁱ

Il-livell ta' assistenza meħtieġ mill-pazjent

- Pereżempju, pazjent li ma jikkooperax (pazjent tetraparetiku, anżjan li ma jqumx mis-sodda, pazjent taħt anestezija ġenerali jew f'koma, pazjent li jagħmel reżistenza għall-mobilizzazzjoni, eċċ) ikun jeħtieġ li jiġi merfugħ b'mod mekkaniku, filwaqt li pazjent li jkun jista' u li juri r-rieda li jżomm parzjalment il-piż tiegħu stess aktarx ikun jista' jiċċaqilaq mis-sodda tiegħu għal fuq siġġu bl-użu ta' apparat li jgħin lill-pazjent jitla' bilwieqfa

L-istatura u l-piż tal-pazjent

- Pereżempju, pazjent jista' jkun jiżen wisq għall-professjonist tal-kura tas-saħħa biex ikun jista' jerfagħu mingħajr assistenza mekkanika

Il-kapaċità u r-rieda tal-pazjent biex jifhem u jikkoopera

Kwalunkwe kundizzjoni medika li tista' tinfluwenza l-għażla tal-metodi għall-irfiġ jew iċ-ċaqliq f'pożizzjoni differenti

- Pereżempju, feriti addominali, tiġbid ta' muskoli, il-preżenza ta' tubi u t-tqala jagħmlu l-kompiti ta' trasferiment jew ċaqliq f'pożizzjoni differenti aktar diffikultużi.

Għandu jiġi nnotat li t-tqandil tal-pazjenti manwali jpoġġi lill-infermiera f'riskju akbar għall-MSDs:

- L-iġsma tal-pazjenti għandhom distribuzzjoni assimetrika tal-piż u ma jippossjedu ebda parti stabbli u disponibbli minn fejn jistgħu jinqabbdu.

Aġenzija Ewropea għas-Saħħa u s-Sigurtà fuq il-Post tax-Xogħol - <http://osha.europa.eu>



Tekniki ta' tqandil tal-pazjenti għall-prevenzjoni tal-MSDs fil-kura tas-saħħa

Għaldaqstant huwa diffiċli għall-infermier(a) li jżomm/żzomm il-piż tal-pazjent qrib tal-ġisem tiegħu jew tagħha stess

- F'xi okkażjonijiet, il-pazjenti jkunu nkwetati, kombattivi, ma juru ebda rispons, jew jistgħu joffru livelli limitati ta' kooperazzjoni, li jkomplu jżidu r-riskju għal korrimient^v
- L-ambjent fiżiku strutturali tal-kura jista' jitlob li jkun hemm pożizzjonijiet u qagħdiet skomdi, li jkomplu jżidu s-suxxettibilità li jiġi żviluppat disturb muskuloskeletriku.

Ilkoll flimkien, dawn il-fatturi jingħaqdu biex johlqu tagħbija mhux sikura għall-infermiera biex ikunu jistgħu jimmaniġġawha b'mod tajjeb. Anki bl-assistenza minn membri addizzjonali tal-persunal, huwa kritiku li wieħed jinnota li l-espożizzjoni għall-periklu tippersisti.^{vi}

Għalhekk, l-irfiġh manwali ta' pazjenti għandu jitnaqqas fil-każijiet kollha u jiġi eliminat kull meta dan ikun fattibbli. L-użu ta' għajnuniet kbar għat-tqandil tal-pazjenti għandu jiġi mhegġeġ dejjem.

Madankollu, f'xi sitwazzjonijiet, it-tqandil manwali tal-pazjenti ma jistax jiġi evitat:

- L-infermiera jistgħu jiġu ppreżentati b'sitwazzjonijiet eċċezzjonali jew ta' theddida fuq il-ħajja tagħhom li jipprojbixxu l-użu ta' apparat li jservi ta' assistenza għat-tqandil tal-pazjenti
- It-tqandil manwali tal-pazjenti jista' jsir jekk l-azzjoni ma tkunx tinvolvi l-irfiġh ta' ħafna mill-piż jew tal-piż kollu tal-pazjent
- Eċċezzjonijiet oħrajn jinkludu l-kura ta' pazjenti pedjatriċi (trabi jew tfal żgħar) jew pazjenti żgħar oħrajn u l-użu ta' trattamenti terapewtiku.^{vi}

Prinċipji bażiċi għal tekniki adegwati għat-tqandil tal-pazjenti

Kwalunkwe tip ta' operazzjoni ta' tqandil, anki meta jintużaw għajnuniet għat-tqandil tal-pazjenti, tinvolvi diversi prinċipji bażiċi:

^v Owen, B. & Garg, A. (1993). Back stress isn't part of the job. American Journal of Nursing, 93(2), 48-51.

^{vi} Position Statement on Elimination of Manual Patient Handling to Prevent Work-Related Musculoskeletal Disorders, Nursing World, disponibbli minn:

<http://nursingworld.org/readroom/position/workplac/pathand.htm>

Aġenzija Ewropea għas-Saħħa u s-Sigurtà fuq il-Post tax-Xogħol - <http://osha.europa.eu>



Tekniki ta' tqandil tal-pazjenti għall-prevenzjoni tal-MSDs fil-kura tas-saħħa

1. Għandek dejjem tfittex l-għajjnuna ta' assistenti meta jkun neċessarju

L-operazzjonijiet ta' tqandil li jinvolvu pazjenti li ma jistgħux jiċċaqilqu wehldhom għandhom jitwettqu minn diversi professjonisti tal-kura tas-saħħa (mill-inqas tnejn) u jekk ikun hemm bżonn, permezz ta' liżar mifrux taħt il-pazjent, jew saħansitra aħjar, billi jintużaw għajjuniet speċifiċi bħal lożor li jiżzerżqu minn taħt.

2. Qabel tibda kwalunkwe tip ta' attività ta' tqandil, il-professjonist tal-kura tas-saħħa għandu jersaq kemm jista' jkun qrib possibbli tal-pazjent, anki billi jinżel għarkupptejh fuq is-sodda tal-pazjent jekk ikun hemm bżonn



Dan ser jippermetti lill-professjonist tal-kura tas-saħħa jevita li jkollu jintlewa jew jiġġebbed tul is-sodda waqt l-irfigħ jew it-trasferiment ta' pazjent, biex b'hekk ikun qiegħed jagħmel l-isforzi fiżiċi neċessarji waqt li dahru jkun milwi jew mgħawweġ.

Copyright Prevent

3. Qabel tibda kwalunkwe tip ta' operazzjoni ta' tqandil, spjega l-proċedura lill-pazjent waqt li wkoll thegġu jikkoopera kemm jista' jkun possibbli matul l-attività ta' tqandil

Dan huwa ta' vantaġġ kemm għall-pazjent, li jkun jista' jtejjeb it-tropiżmu muskulari tiegħu kif ukoll għall-professjonist tal-kura tas-saħħa, hekk kif il-pazjent, li jkun kapaċi jiċċaqilaq waħdu, anki jekk bi ftit, imbagħad ikun jista' jagħmel xi affarijiet waħdu, li f'dan il-każ il-funzjoni tal-professjonist tal-kura tas-saħħa tkun biss li jidderieġi dan il-moviment

Issa se jrin
inċaqalqu fuq
ġenbek



Attenzjoni!
Lest? Hopp!

Copyright Prevent

4. Żomm qagħda korretta matul l-operazzjonijiet ta' tqandil tal-pazjenti

B'mod aktar speċifiku, qabel jibda l-operazzjoni tal-irfigħ jew trasferiment tal-pazjent, il-professjonist tal-kura tas-saħħa għandu jieħu qagħda fejn iżomm saqajh kemm kemm miftuħin u b'sieq waħda mitfugħa f'itit żgħira 'l quddiem mill-oħra bil-għan li jiġi żgurat li jkun hemm bażi ta' appoġġ usa'. Waqt l-irfigħ tal-pazjent, il-muskoli tal-ġenbejn u tar-riglejn għandhom jintużaw minflok jintużaw il-muskoli tal-parti ta' fuq tal-ġisem, billi l-ewwel jintlewew l-irkupptejn u mbagħad jiġu ddrattati bil-mod waqt li jintrefa' l-pazjent. Il-kolonna vertebrali għandha tinżamm f'pożizzjoni li ssegwi l-kurva





Tekniki ta' tqandil tal-pazjenti għall-prevenzjoni tal-MSDs fil-kura tas-saħħa

naturali tagħha, b'attenzjoni li jiġi evitat li jkun hemm piż eċċessiv fuqha meta tiġġebbed jew tintlewa. Barra minn hekk, il-professjonist tal-kura tas-saħħa għandu dejjem jipprova jaqleb il-piż tiegħu skont id-direzzjoni tal-moviment li jkun qiegħed iwettaq.

Copyright Prevent

5. Aqbad lill-pazjent sew waqt l-operazzjonijiet ta' tqandil tal-pazjenti

Qatt ma għandek taqbad pazjent bis-swaba' biss. Uża dejjem idek kollha minflok u pprova identifika l-partijiet li jhalluk tagħmel qabda tajba u sikura. Aqbad lill-pazjent minn madwar il-parti pelvika, mill-qadd, l-għadam tal-ispallejn, filwaqt li qatt ma għandek taqbad id-dirgħajn jew ir-riglejn tal-pazjent. Għal qabda aħjar, xi professjonisti tal-kura tas-saħħa aktarx ikollhom bżonn iqandlu lill-pazjenti billi jaqbdhom mill-qalziet tal-piġama tagħhom jew, saħansitra aħjar, billi jużaw għajnuniet speċifiċi bħal ċinturini bil-mankijiet.



Drittijiet tal-Awtur - Prevent

6. Ilbes xedd is-saqajn u lbies adatt

Huwa importanti li tuża xedd is-saqajn b'qabda tajba mal-art, għalhekk żraben bi tkaken għoljin, zukkletti (*clogs*) jew papoċċi mhumieħ irrakkmandati. L-ilbies m'għandux ikun tali li jirrestringi l-movimenti tal-professjonist tal-kura tas-saħħa.

Karatteristiċi ta' tqandil manwali ta' tagħbijiet li jista' jinvolvi riskju ta' korrimient fid-dahar (Annessi I u II tad-Direttiva Ewropea 90/269/KEE) u elementi ta' Prattika tajba fit-tqandil manwali tal-pazjenti	
Annessi I u II - Direttiva tal-Kunsill 90/269/KEE	Prattika tajba
It-tagħbija hija mqiegħda b'mod li jġiegħel li tinzamm jew li tkun manipulata 'l bogħod mill-ġisem, jew b'liwja jew barma tal-ġisem	Il-persuna għandha toqgħod qrib kemm jista' jkun possibbli tal-pazjent
It-tagħbija goffa jew diffiċli biex taqbadha	Qabda tajba
L-isforz fiziku huwa magħmul mill-ġisem f'pożizzjoni mhux stabbli	Il-persuna toqgħod f'qagħda korretta
il-post tax-xogħol jew l-ambjent tax-xogħol jipprevjeni t-tqandil tat-tagħbija f'għoli mhux ta' periklu jew b'pożizzjoni tajba mill-ħaddiem	Aġġustament tal-għoli tas-sodda
Il-ħaddiem m'għandux it-tagħrif jew it-taħriġ neċessarju jew xieraq	Implimentazzjoni ta' programmi edukattivi u taħriġ
Il-ħaddiem mhuwix liebes hwejjeg, żraben jew effetti oħra personali li mhumieħ adattati	L-ilbies ta' xedd tas-saqajn adattat



Tekniki ta' tqandil tal-pazjenti għall-prevenzjoni tal-MSDs fil-kura tas-saħħa

Eżempji ta' tekniki adegwati għat-tqandil tal-pazjenti għal trasferimenti differenti

Fil-parti li ġejja, qeghdin jintużaw illustrazzjonijiet biex juru t-tekniki ta' tqandil differenti (għajnuniet manwali, żgħar u kbar) għat-trasferimenti differenti.

Huwa importanti li tinnota li:

- o Kwalunkwe tip ta' operazzjoni ta' tqandil, anki meta jintużaw għajnuniet għat-tqandil tal-pazjenti, tinvolvi l-prinċipji bażiċi deskritti fuq
- o L-għażla tat-teknika korretta tat-tqandil tal-pazjenti tinvolvi valutazzjoni tal-htigijiet u l-kapaċitajiet tal-pazjent involut kif imsemmi fuq
- o L-irfigħ manwali tal-pazjent għandu jitnaqqas fil-każijiet kollha u jiġi eliminat kull meta jkun fattibbli.

Trasferimenti li jinvolvu pożizzjonijiet bilqiegħda

Eżempju: Trasferiment minn fuq sodda għal fuq siġġu (tar-roti)
Metodu ta' trasferiment manwali
1. Professionist wieħed tal-kura tas-saħħa
 
Copyright Prevent



Tekniki ta' tqandil tal-pazjenti għall-prevenzjoni tal-MSDs fil-kura tas-saħħa

Punti li trid tiftakar:

- Poġġi s-sodda u s-siġġu (tar-roti) qrib ħafna ta' xulxin
- Aċċerta ruġek li r-roti tas-siġġu (tar-roti) jkunu mblukkati sewwa fil-post
- Neħhi kull ostakolu (appoġġ għad-dirgħajn, għas-saqajn, pedani)
- Irregola sewwa l-għoli tas-sodda skont it-tul tiegħek
- Itlob lill-pazjent biex iħares lejn saqajh. Dan għandu jżid it-tensjoni muskulari addominali li għandha twassal għal aktar kooperazzjoni
- Itlob lill-pazjent biex imil 'il quddiem u imbottalu riglejh waqt it-trasferiment. Dan għandu jiffaċilita l-irfigħ tal-pazjent minn pożizzjoni ta' bilqiegħda għal bilwieqfa
- Uża l-muskoli tar-riglejn u tal-ġenbejn waqt l-irfigħ tal-pazjenti minflok tuża l-muskoli tal-parti ta' fuq tal-ġisem. L-ewwel, ilwi u mbagħad iddritta bil-mod l-irkupptejn waqt li terfa' lill-pazjent
- Ikkontrobilanċja l-piż tal-pazjent bil-piż tiegħek stess
- Jekk ikun hemm bżonn, żomm l-irkoppa tal-pazjent bejn riglejk / irkupptejk sabiex tiggwida l-moviment.

2. Żewġ professjonisti tal-kura tas-saħħa



Copyright Prevent

Punti li trid tiftakar:

- Poġġi s-sodda u s-siġġu (tar-roti) qrib ħafna ta' xulxin
- Aċċerta ruġek li r-roti tas-siġġu (tar-roti) jkunu mblukkati sewwa fil-post
- Neħhi kull ostakolu (appoġġ għad-dirgħajn, għas-saqajn, pedani)
- Irregola sewwa l-għoli tas-sodda skont it-tul tiegħek
- Uża l-muskoli tar-riglejn u tal-ġenbejn waqt l-irfigħ tal-pazjenti minflok tuża l-muskoli tal-parti ta' fuq tal-ġisem
- Il-movimenti taż-żewġ professjonisti tal-kura tas-saħħa għandhom jiġu sinkronizzati waqt it-tweqqif tat-trasferiment tal-pazjent. Il-komunikazzjoni bejn iż-żewġ professjonisti tal-kura tas-saħħa hija importanti ħafna.

Użu ta' għajnuniet żgħar għat-tqandil tal-pazjenti

L-istess metodi diskussi hawn fuq jistgħu jkunu akkumpanjati mill-użu ta' għajnuniet żgħar għat-tqandil tal-pazjenti waqt it-tweqqif tal-operazzjonijiet:
Virga f'forma ta' trapezju (*trapeze bar*)
Ċinturin ergonomiku
Bord jew liżar li jiżzerżaq 'l isfel
Pedana li dduur



Copyright Prevent



Tekniki ta' tqandil tal-pazjenti għall-prevenzjoni tal-MSDs fil-kura tas-saħħa

Użu ta' għajjuniet kbar għat-tqandil tal-pazjenti



Copyright Prevent

Lift mekkaniku, lift biex titla' bilqiegħda – tinzel bilwieqfa.

Punti li trid tiftakar:

- Hemm hafna tipi ta' għajjuniet ta' tqandil manwali. Kull produttur għandu struzzjonijiet speċifiċi tal-funzjonament tal-użu tal-għajjuniet
- Kun żgur li tistaqsi dwar strategiji għall-kontroll tal-infezzjonijiet qabel tuża apparat għat-tqandil tal-pazjenti.

Ċaqliq f'pożizzjoni differenti

Eżempju: Ċaqliq ta' pazjent minn naħa għal oħra fis-sodda

Metodu ta' trasferiment manwali

1. Professionist wiehed tal-kura tas-saħħa



Copyright Prevent

Punti li trid tiftakar:

- Irregola sewwa l-għoli tas-sodda skont it-tul tiegħek
- Aqşam it-trasferiment fi tliet partijiet: riglejn – il-parti tan-nofs tal-ġisem – l-ispallejn
- Ġenneb il-piż tal-pazjent waqt li tuża l-piż tiegħek stess. Uża l-muskoli tar-riglejn u tal-ġenbejn minflok tuża l-muskoli tal-parti ta' fuq tal-ġisem.
- Itlob lill-pazjent biex iħares lejn saqajh. Dan għandu jżid it-tensjoni muskulari addominali li għandha twassal għal aktar kooperazzjoni

2. Żewġ professjonisti tal-kura tas-saħħa



Copyright Prevent

Punti li trid tiftakar:

- Irregola sewwa l-għoli tas-sodda skont it-tul tiegħek
- Iż-żewġ professjonisti tal-kura tas-saħħa għandhom jikkontrobilanċjaw il-piż tal-pazjent bil-piż tagħhom stess
- Il-movimenti taż-żewġ professjonisti tal-kura tas-saħħa għandhom jiġu sinkronizzati waqt it-twettiq tat-trasferiment tal-pazjent. Il-komunikazzjoni bejn iż-żewġ professjonisti tal-kura tas-saħħa hija importanti ħafna.



Tekniki ta' tqandil tal-pazjenti għall-prevenzjoni tal-MSDs fil-kura tas-saħħa

Eżempju: Ċaqliq ta' pazjent 'il fuq fis-sodda	
Metodu ta' trasferiment manwali	
1. Professionist wieħed tal-kura tas-saħħa	
 Copyright Prevent	
Punti li trid tiftakar: - Irregola sewwa l-għoli tas-sodda skont it-tul tiegħek - Itlob lill-pazjent biex jilwi l-irkoppa, biex iħares lejn saqajh u finalment biex jimbotta saqajh. Dan għandu jżid il-kooperazzjoni tal-pazjent - Waq t-trasferiment, aqleb il-piż tiegħek minn naħa għall-oħra, waqt li żżomm dahrek dritt.	
2. Żewġ professjonisti tal-kura tas-saħħa	
 Copyright Prevent	Punti li trid tiftakar: - Itlob lill-pazjent biex ipoġġi idejh mal-parti ta' fuq tas-sodda u biex jiġġebbed lejn il-parti ta' fuq tas-sodda waqt it-trasferiment meta tkunu qegħdin timbottawlu saqajh - Waq t-irfigħ tal-pazjent, użaw il-muskoli tar-riglejn u tal-ġenbejn minflok tużaw il-muskoli tal-parti ta' fuq tal-ġisem, billi l-ewwel tilwu u mbagħad tidrittaw l-irkuptejn bil-mod waqt li terfgħu lill-pazjent - Il-movimenti taż-żewġ professjonisti tal-kura tas-saħħa għandhom jiġu sinkronizzati waqt it-twettiq tat-trasferiment tal-pazjent. Il-komunikazzjoni bejn iż-żewġ professjonisti tal-kura tas-saħħa hija importanti ħafna.



Tekniki ta' tqandil tal-pazjenti għall-prevenzjoni tal-MSDs fil-kura tas-saħħa

Eżempju: Ċaqliq ta' pazjent 'il fuq fis-siġġu	
Metodu ta' trasferiment manwali	
1. Professionist wieħed tal-kura tas-saħħa	
 Copyright Prevent	
Punti li trid tiftakar: ○ Qabel tibda, aċċerta ruġek li s-saqajn tal-pazjent ikunu qrib kemm jista' jkun possibbli tas-siġġu ○ Itlob lill-pazjent biex imil kemm jista' jkun 'il quddiem, u għinu billi tpoġġilu dirgħajh madwar qaddek ○ Itlob lill-pazjent biex imil 'il quddiem u mbottalu riglejh 'il fuq waqt it-trasferiment. Dan għandu jiffaċilita l-irfigħ ○ Uża l-muskoli tar-riglejn u tal-ġenbejn minflok tuża l-muskoli tal-parti ta' fuq tal-ġisem.	
2. Żewġ professjonisti tal-kura tas-saħħa	
 Copyright Prevent	Punti li trid tiftakar: ○ Waqt l-irfigħ ta' pazjent, użaw il-muskoli tar-riglejn u tal-ġenbejn minflok tużaw il-muskoli tal-parti ta' fuq tal-ġisem, billi l-ewwel tilwu u mbagħad tiddrittaw l-irkupptejn bil-mod waqt li terfgħu lill-pazjent ○ Waqt it-trasferiment, aqilbu l-piż tagħkom minn naħa għall-oħra, waqt li żżommu d-dahar dritt ○ Il-movimenti taż-żewġ professjonisti tal-kura tas-saħħa għandhom jiġu sinkronizzati waqt it-twettiq tat-trasferiment tal-pazjent. Il-komunikazzjoni bejn iż-żewġ professjonisti tal-kura tas-saħħa hija importanti ħafna.



Tekniki ta' tqandil tal-pazjenti għall-prevenzjoni tal-MSDs fil-kura tas-saħħa

Użu ta' għajnuniet żgħar għat-tqandil tal-pazjenti

L-istess metodi diskussi hawn fuq jistgħu jiġu akkumpanjati mill-użu ta' għajnuniet żgħar għat-tqandil tal-pazjenti waqt it-twettiq tal-operazzjonijiet:

- o Virga f'forma ta' trapezju (*trapeze bar*)
- o Bord jew liżar li jżżerżaq 'l isfel.



Copyright Prevent

Użu ta' għajnuniet kbar għat-tqandil tal-pazjenti



Copyright Prevent

Lift mekkaniku

Punti li trid tiftakar:

- o Hemm ħafna tipi ta' għajnuniet ta' tqandil manwali. Kull produttur għandu struzzjonijiet speċifiċi tal-funzjonament tal-użu tal-għajnuniet
- o Kun żgur li tistaqsi dwar strateġiji għall-kontroll tal-infezzjonijiet qabel tuża apparat għat-tqandil tal-pazjenti.



Tekniki ta' tqandil tal-pazjenti għall-prevenzjoni tal-MSDs fil-kura tas-saħħa

Ċaqliq ta' pazjent li jkun waqa' fl-art

Eżempju: Ċaqliq ta' pazjent li jkun waqa' fl-art għal fuq is-siġġu	
Metodu ta' trasferiment manwali	
1. Żewġ professjonisti tal-kura tas-saħħa NB: Għal din it-tip ta' teknika ta' tqandil dejjem ikun hemm bżonn ta' numru ta' operaturi biż-żewġ.	
 Copyright Prevent	
Punti li trid tiftakar: ○ L-ewwel, ġib lill-pazjent f'pożizzjoni bilqiegħda. Uża l-muskoli tar-riglejn u tal-ġenbejn minflok tuża l-muskoli tal-parti ta' fuq tal-ġisem ○ Waqt it-trasferiment mill-art għal fuq is-siġġu, aqleb il-piż tiegħek minn naħa għall-oħra, filwaqt li żżomm dahrek dritt ○ Itlob lill-pazjent biex jimbotta b'saqajh 'il fuq. Dan għandu jwassal għal aktar kooperazzjoni ○ Il-movimenti taż-żewġ professjonisti tal-kura tas-saħħa għandhom jiġu sinkronizzati waqt it-tweġġ tat-trasferiment tal-pazjent. Il-komunikazzjoni bejn iż-żewġ professjonisti tal-kura tas-saħħa hija importanti ħafna.	
Użu ta' għajnuniet żgħar għat-tqandil tal-pazjenti	
L-istess metodi diskussi hawn fuq jistgħu jiġu akkumpanjati mill-użu ta' għajnuniet żgħar għat-tqandil tal-pazjenti waqt it-tweġġ tal-operazzjonijiet: ○ Bord jew liżar li jiżzerżaq 'l isfel ○ Gverta: aktar minn 2 professjonisti tal-kura tas-saħħa.	
Użu ta' għajnuniet kbarr għat-tqandil tal-pazjenti	
 Drittijiet tal-Awtur - Prevent	Lift mekkaniku Punti li trid tiftakar: ○ Hemm ħafna tipi ta' għajnuniet ta' tqandil manwali. Kull produttur għandu struzzjonijiet speċifiċi tal-funzjonament tal-użu tal-għajnuniet ○ Kun żgur li tistaqsi dwar strateġiji għall-kontroll tal-infezzjonijiet qabel tuża biċċa tagħmir għat-tqandil tal-pazjenti.

Ritratti prodotti minn Prevent, Istitut għas-Saħħa u s-Sigurtà fuq il-Post tax-Xogħol, il-Belġju, 2007