

居家照顧的簡易技巧

1、病人身體的清潔：

- (1) 用溫水洗澡：經過醫師同意可以洗澡的病人，應該儘量讓他入浴。浴室牆上須釘有扶手，地面並鋪上止滑墊；若是行動不便的病人，須以手臂撐住病人的背部，或讓其坐於有扶手之洗澡椅上。
- (2) 擦澡要在溫暖的室內進行。
- (3) 擦澡的方法：將浴巾包裹住病人身體，慢慢地一處一處擦拭。

2、整理頭髮：

- (1) 每天梳頭。
- (2) 不能洗頭的病人，可用蒸熱的毛巾來回擦拭幾次。
- (3) 鬍子要常修剪，但須小心，切勿傷到皮膚。

3、手足指甲修剪：可先泡熱水後再以修剪器修剪，每1~2星期修剪一次。

4、口腔衛生：

- (1) 儘量讓病人自己刷牙、漱口或洗假牙。
- (2) 不能行動的病人，可用棉花棒沾漱口水或生理食鹽水，幫他擦洗牙齒和牙齦。

