

Penjagaan Mulut

Tujuan penjagaan mulut

- Untuk membersihkan mulut, lidah dan pipi dari sisa makanan
- Untuk mengelakkan ulser mulut dan jangkitan gusi
- Untuk memastikan keselesaan kepada pesakit



Peralatan untuk menjaga kebersihan mulut

- Berus gigi
- Ubat gigi
- Gauze & spatula
- Oral sponge stick
- Mouthwash
- Segelas air
- Tuala kecil



Penjagaan Kuku Tangan Dan Kuku Kaki

- Kuku tangan dan kuku kaki harus dipotong pendek dan lurus bagi mengelakkan pemanjangan kuku dan jangkitan.
- Kuku perlu dipotong setiap 2 minggu seperti cara yang ditunjukkan.



Potong kuku secara lurus mula dari sisi kuku, bukan potong menyerong pada bucu kuku.

PANDUAN ASAS PENJAGAAN PESAKIT TERLANTAR

PENJAGAAN KEBERSIHAN DIRI

KLINIK PAKAR PERUBATAN REHABILITASI
HOSPITAL TENGGU AMPUAN RAHIMAH, KLANG

Tel : 3375 7000 samb. 1540



Kebersihan Diri

Kebersihan diri adalah satu aktiviti harian yang merangkumi aktiviti seperti mandi, penjagaan mulut dan sebagainya.

Ini adalah penting untuk penjaga dalam membantu, menolong serta mengawasi pesakit terlantar.

Membasuh tangan adalah penting bagi kedua-dua penjaga dan pesakit untuk mengelakkan jangkitan dan penularan mikroorganisma.

Membasuh tangan mestilah:-

- Sebelum dan selepas makan
- Selepas perawatan pesakit oleh penjaga contohnya : memegang bedpan/urinal atau ke tandas dan jika tangan tersentuh cecair badan pesakit (darah, kahak, nanah daripada luka).

7 Langkah Mencuci Tangan Yang Betul

1 Basuh tangan dengan sabun dan air secukupnya.

2 Gosok tapak tangan.

3 Gosok setiap jari dan celah jari.

4 Gosok kuku di tapak tangan.

5 Gosok belakang tangan.

6 Basuh tangan dengan air bersih secukupnya.

7 Keringkan tangan dengan kain bersih.

Mandi Lap (Sponging)

Mandi lap di katil ialah menolong pesakit mencuci keseluruhan anggota badan termasuk kebersihan anggota badan pesakit iaitu rambut, mulut dan bahagian kemaluan pesakit (perineum)

TATACARA MANDI LAP:



① Membasuh tangan untuk kebersihan dan mengelakkan jangkitan silang. Lakukan pemerisaan lampin, sekiranya ada najis dan bersihkan dahulu

② Bersihkan anggota badan pesakit setiap hari dengan menggunakan tuala yang direndam di dalam air



③ Perah tuala tersebut hingga tidak ada air yang menitik kemudian lapkan ke seluruh anggota badan bermula dari kepala hingga ke kaki pesakit.

④ Lapkan terutama di tempat-tempat yang senang kuman membiak seperti di bawah ketiak, leher, bahagian alat sulit dan dubur dan juga di bahagian belakang pelipat lutut.



Menukar Lampin Pakai Buang (Diapers)

Menukar lampin pakai buang adalah penting untuk tujuan:-

- Mengekalkan kebersihan pada bahagian kemaluan
- Mengekalkan keseimbangan integriti kulit
- Memberi keselesaan kepada pesakit.



Penjagaan lampin pakai buang

- Tukar lampin setiap kali basah / kotor.
- Cuci dan lap kering bahagian kemaluan.
- Pakaikan lampin pakai buang mengikut saiz yang bersesuaian dengan pesakit.

Penjagaan Rambut

Rambut perlu cuci dan disikat setiap hari serta perlu kemas dan pendek bagi:

- Meningkatkan peredaran darah ke kepala
- Menjadikan rambut bersih dan sihat
- Mengekalkan kekemasan rambut
- Gunakan syampu anti kelemumur untuk mengelakkan kelemumur.