

卧床患者更换床单实训指导

【实训目的】

- 1、保持病床和病室整洁、美观、舒适。
- 2、预防压疮等并发症。

【实训前准备】

护士：护士着装整齐，洗手、戴口罩。

环境：清洁、安静、安全、舒适。

用物：护理车上放大单，中单，枕套，被套，床刷及套，护理篮（内放 50% 酒精，滑石粉等）。

【实训方法】

- 1、课前观看卧有病人更换床单的操作视频，掌握更换床单方法。
- 2、课中根据模拟临床情景或病例，角色扮演，以小组为单位，按照实训步骤进行操作，2 人一组练习卧有病人更换床单，小组讨论，指出操作同学存在的问题，教师巡回指导，及时反馈问题并各组抽查。
- 3、课后于实训室开放练习，观看操作视频，对照操作，强化技能。

【实训步骤】

1、推车至患者床尾，持执行单核对病人，解释操作的目的是，并取得配合。评估患者活动能力，关闭门窗，遮挡屏风。环境安静整洁、温湿度适宜，光线适中。用物已备齐，摆放合理。洗手，戴口罩。

2、再次核对病人，移开床头桌（距离 20 厘米）、床尾椅（正中，距离 15 厘米）。松开床尾盖被，升起对侧床挡，指导病人翻身侧卧向对侧。

3、松开近侧各层床单

- (1) 污染中单污染面向里，卷至病人身下。
- (2) 从床头向床尾清扫橡胶单单后，盖至病人身上。
- (3) 污染大单污染面向里，卷至病人身下（分两段卷）。
- (4) 从床头向床尾清扫床褥（分两段扫）。

4、铺近侧床铺

(1) 定位清洁大单（右上毛边分别位于横纵中线上），展开（先床头，后床尾，先对侧，后近侧），对侧大单清洁面向里，卷至病人身下。铺床角（先床头，后床尾，最后塞中间）。

(2) 从病人身上拉下橡胶单。

(3) 清洁中单完全覆盖橡胶单，展开（对侧清洁面向里卷），连同橡胶单一起塞于床垫下。

5、升起近侧床挡，转至床左侧，放平对侧床挡，协助病人平卧后，翻身向近侧侧卧，松开床对侧各层床单：

(1) 中单污染面向里卷，于病人身下拉出后弃于污衣袋内。

(2) 从床头向床尾清扫橡胶单后，盖至病人身上。

(3) 大单污染面向里卷，拉出后弃于污衣袋内。（分两段卷）。

(4) 从床头向床尾清扫床褥（分两段扫）。

6、铺对侧床铺

(1) 于病人身下拉出清洁大单后铺好（先床头，后床尾，后中间）。

(2) 从病人身上拉下橡胶单。

(3) 于病人身下拉出清洁中单，完全覆盖橡胶单，连同橡胶单一起塞于床垫下。

7、协助病人平卧，展开盖被。

(1) 从盖被内翻转拉出毛毯（先对侧角，后近侧角）。

(2) 齐床头放置新被套，展开（先床头，后床尾，先对侧，后近侧）。

(3) 将清洁被套，翻转套在毛毯外面（可嘱病人协助）套好，折被筒（折被尾时嘱病人屈膝）。

8、更换枕套。

9、移回床旁桌椅，询问病人是否还需要，洗手，报告老师操作完毕。

【实训重点观察】

1、操作时动作轻稳、省力。

2、病室内有正在进行的护理操作时，不宜进行更换床单。

3、床单，被套应每周更换 1-2 次。

4、病床应湿式清扫。

【实训评分标准】

卧床患者更换床单考核评分标准

科室 _____ 姓名 _____ 考试日期 _____ 监考人 _____ 得分 _____

项目	总分	技术操作流程及标准	评分等级				实际得分	备注
			A	B	C	D		
仪容仪表	2	仪表端庄，仪容自然，着装整洁，符合所在场合要求。	2	1	0	0		
评估	7	1、核对患者，解释操作目的，取得配合，询问大小便。 2、评估环境（周围有无患者进餐或治疗）。	7	5	3	1		
操作前准备	11	1、用物：清洁的扫床刷、一次性扫床巾、大单、中单、被套、枕套、手消毒凝胶。	7	5	3	1		
		2、报告评委，xx 选手用物准备完毕，请问可以开始	1	0	0	0		
		3、护士着装规范，剪指甲，洗手，戴口罩时，要将口、鼻遮住。	3	2	1	0		
操作过程	70	1、携用物至床旁，再次核对患者。	2	1	0	0		
		2、关闭门窗，移开床旁桌、椅，病情允许时放平床头及床尾，舒适体位。	5	4	3	2		
		3. 松开床尾盖被，移枕头到对侧，协助患者翻身至对侧。	6	5	4	3		
		4. 松开近侧各层床单，将中单向上卷塞于患者身下，扫净橡胶中单后搭在患者身上，将大单也向上卷至患者身下。扫净床上碎屑（床头至床尾）。	10	8	6	4		
		5. 铺清洁大单，中线对齐，展于近侧大单半幅，将对侧半幅卷紧塞于患者身下，铺橡胶中单、中单。依次将近侧各单对齐中线后逐层拉平铺好床角。	10	8	6	4		
		6. 移枕头至近侧，协助患者翻身面向护士。护士转至对侧。	5	4	3	2		
		7. 同法按顺序卷撤对侧各层污单，扫净床上碎屑。以此拉开并铺好清洁大单、橡胶中单和中单。	10	8	6	4		
		8. 解开被套系带，将棉胎叠呈“S”型取出，逐层展开清洁被套于原被套上，打开被套口，将“S”型棉胎放入清洁被套，左右展平拉平，系带打结，撤下脏被套卷至扫床车污染被服袋。	8	6	4	2		
		9. 整理盖被，折成被筒为患者盖好。取出枕头，更换枕套，开口背门。	4	3	2	1		
		10. 按需为患者取床上卧位，将床旁桌椅放回原处。观察病情，询问需要。整理用物，归还原处。开窗通风，洗净双手。	10	8	6	4		
评价	10	动作准确、轻柔、敏捷、节力、美观：床铺平整、美观，按操作步骤进行，顺序不颠倒，无附加动作。	4	3	2	1		
		与患者沟通语言通俗易懂、表达清楚，沟通有效。爱伤观念强。	4	3	2	1		
			2	1	0	0		

注：总分 100 分 操作时间 12 分钟