Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение

«**Кемеровский областной медицинский колледж»**

Анжеро-Судженский филиал

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА ПРАКТИЧЕСКОГО ЗАНЯТИЯ

**ПМ. 04.** Выполнение работ по должности

«Младшая медицинская сестра по уходу за больными»

**МДК 04.02.** Безопасная среда для пациента и персонала

Специальность: 34.02.01 Сестринское дело

Занятие № 10

Тема: Отработка эргономичных приемов



Составил преподаватель:

Пинчукова Ольга Викторовна

Анжеро-Судженск, 2017 г.

**МДК 04.02.Безопасная среда для пациента и персонала***.*

**Тема 2.2. Обеспечение безопасной больничной среды для пациента и персонала**

**Отработка эргономичных приемов**

**Обучающая цель:**

С целью овладения указанным видом профессиональной деятельности и соответствующими профессиональными компетенциями студент в ходе освоения профессионального модуля должен:

**иметь практический опыт:**

* ведения медицинской документации;
* обеспечения санитарных условий в учреждениях здравоохранения и на дому;
* соблюдение требований техники безопасности и противопожарной безопасности при уходе за пациентом во время проведения процедур и манипуляций.

**уметь:**

* обеспечивать безопасную больничную среду для пациента, его окружения и персонала;

- - использовать правила эргономики в процессе сестринского ухода и обеспечения безопасного перемещения больного.

**знать:**

**-** факторы, влияющие на безопасность пациента и персонала;

**-** принципы санитарно-гигиенического воспитания и образование среди населения;

- основы эргономики

**Освоение профессиональных компетенций (ПК):**

ПК 4.1. Эффективно общаться с пациентом и его окружением в процессе профессиональной деятельности.

ПК 4.2. Соблюдать принципы профессиональной этики.

ПК 4.3. Осуществлять уход за пациентами различных возрастных групп в условиях учреждения здравоохранения и на дому.

ПК 4.4. Консультировать пациента и его окружение по вопросам ухода и самоухода.

ПК 4.5. Оформлять медицинскую документацию.

ПК 4.6. Оказывать медицинские услуги в пределах своих полномочий.

ПК 4.8. Обеспечивать безопасную больничную среду для пациентов и персонала.

ПК 4.11. Обеспечивать производственную санитарную и личную гигиену на рабочем месте.

**Развивающая цель:**

**Освоение общих компетенций (ОК):**

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения, определенных руководителем.

ОК 3.Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результат своей работы.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 8. Соблюдать правила охраны труда, пожарной безопасности и техники безопасности.

**Воспитательная цель:**

**Освоение общих компетенций (ОК):**

ОК 7. Бережно относиться к историческому наследию и культурным традициям, уважать социальные, культурные и религиозные различия.

**Тип занятия:** занятие практического применения знаний, умений.

**Вид занятия:** практическое занятие.

**Междисциплинарные связи:**

- Анатомия и физиология человека.

- Психология.

- Гигиена и экология человека.

**Оснащение занятия:**

- Раздаточный материал: карточки с практическими заданиями, методическая разработка занятия.

**Структура занятия**

1. Организационный момент.
2. Постановка целей и задач занятия.
3. Мотивация.
4. Контроль базовых знаний студентов.
5. Изучение нового материала.
6. Инструктаж к самостоятельной работе студентов.
7. Самостоятельная работа студентов.
8. Подведение итогов занятия, выставление отметок.
9. Домашнее задание.

# Ход занятия

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Элементы занятия, учебные вопросы** | **(мин)** | **Формы и методы обучения** | **ОК**  **ПК** |
| 1. | Организационный момент 1.1.Приветствие студентов, проверка отсутствующих.  1.2.Освещение плана занятия.  1.3.Заполнение дневников. | 2  5 |  | ОК 4.2. |
| 2. | ***Постановка целей и задач занятия***  Обучающиеся самостоятельно ставят цель урока и задачи для достижения цели | 7 |  | ОК 1., ПК4.2., ПК 4.6 |
| 3. | МотивацияРабота сестринского персонала в современных условиях связана с огромными физическими нагрузками. Длительные нагрузки на позвоночник, которым подвергается сестринский персонал при перемещении пациентов, ведут к дистрофическим изменениям межпозвоночных дисков, позвонков, мышечно-связочного аппарата, что может вызвать раннее развитие заболеваний опорно-двигательного аппарата. При возникновении заболеваний опорно-двигательного аппарата сестринский персонал сам вынужден обращаться за медицинской помощью. Кроме того, страдает качество оказания медицинской помощи: когда болит спина – много не поднимешь. В этих условиях остро возникает необходимость обучения среднего медицинского персонала здоровьесберегающим технологиям, в т. ч. эргономике и биомеханике, что может способствовать поддержанию работоспособности и сохранению здоровья медсестры, повышению производительности труда, а в итоге – качества ее работы. Знания эргономики и биомеханики помогают эффективно выполнять работу с минимальной затратой энергии и максимальной безопасностью для персонала. | 5 | Беседа | ОК 1.  ПК 4.3, ПК 4.8. |
| 4. | ***Контроль базовых знаний студентов по теме:***  *«*Обеспечение инфекционной безопасности*»*   1. Вопросы для фронтального опроса (Приложение 1) 2. Практические задания (Приложение 2)   ***Перерыв (проветривание аудитории, физкультминутка).*** | 10  20  5 | Индивидуальный устный опрос  Индивидуальная работа  Здоровьесбережение | ОК 1., 2,3,6,,8  ПК 4.1., 4.2., 4.3., 4.6., 4.7., 4.8. |
| 5. | Изучение нового материала: «Отработка эргономичных приемов» (Приложение 3)  Обучение пациента с ограничением движения самостоятельному перемещению: после падения в положение «сидя», «стоя», усаживание в постели, перемещение к изголовью кровати из положения «сидя», повороту на бок, смещению к кровати, усаживанию в кровати, свесив ноги, из положения «лежа на боку»  ***Перерыв (проветривание аудитории, физкультминутка)*** | 65  5 | - Беседа по теме;  -Рассказ;  - Иллюстрация;  -Метод примера.  ***Здоровьесбережение*** | ОК 1, 2, 3 6, 8  ПК 4.1., 4.2., 4.3., 4.6., 4.7., 4.8. |
| 6.  7. | ***Инструктаж к самостоятельной работе.***  ***Самостоятельная работа:***  Обучение пациента пересаживанию с кровати в кресло-каталку и обратно. Поддержка пациента при падении. Обучение пациента пересаживанию с кровати в положение «сидя» и «стоя». Обучение пациента с ограничением движения самостоятельному перемещению. Обучение пациента вставанию после падения (Приложение 3).  ***Перерыв (проветривание аудитории, физкультминутка)***  Проводится дважды с интервалом 30 минут | 5  95  10 | Работа малыми группами,  взаимоконтроль  ***Здоровьесбережение*** | ОК 1, 2, 3 6, 7, 8  ПК 4.1., 4.2., 4.3., 4.6., 4.7., 4.8. |
| 8. | ***Подведение итогов занятия, выставление отметок***  ***Рефлексия (***Приложение 4) | 10 | Метод самоанализа, | ОК 1, 2, 3 6 |
| 9. | ***Домашнее задание:***  Мухина, С.А., Тарновская, И.И. Теоретические основы сестринского дела [Текст]: учебное пособие / С.А. Мухина, И.И. Тарновская. - 2-е изд., испр. и доп. - М: ГЭОТАР - Медиа, 2013.  - С. 55-78 (работа с текстом) | 6 |  |  |

### *Вопросы, выносимые на экзамен:*

* 1. Понятие об эргономике.
  2. Факторы риска несчастных случаев у пациентов при перемещении.

***Практические манипуляции, выносимые на экзамен***:

1. Удерживание пациента при ходьбе.
2. Поддержка пациента при падении.
3. Перемещение пациента двумя и более медицинскими сестрами.

**Список литературных источников:**

***Основная:***

1.Мухина, С. А., Тарновская, И. И. Практическое руководство к предмету «Основы сестринского дела» [Текст]: учебное пособие / С.А. Мухина, И.И. Тарновская. – М.: Москва Издательская группа «Гэотар-Медиа» 2013. – 512 с.

***Дополнительная:***

1. Обуховец, Т.П., Склярова, Т.А., Чернова, О.В. Основы сестринского дела [Текст]: учебное пособие / Т.П. Обуховец, Т.А. Склярова, О.В. Чернова. - Ростов е/д.: Феникс, 2005. - (Медицина для вас). – 375 с.
2. Островская, И.В., Широкова, Н.В. Основы сестринского дела [Текст]: Учебник / И.В. Островская, Н.В. Широкова. - М.: ГЭОТАР - Медиа, 2008. – 376 с.
3. Туркина, Н.В., Филенко, А.Б. Общий уход за больными [Текст]: учебное пособие / Н.В. Туркина, А.Б. Филенко. – М.: 2007. - 550 с.

***Интернет-ресурсы:***

1. Информационно – методический центр «Экспертиза» – http//www.crc.ru
2. Центральный НИИ организации и информатизации здравоохранения – http//www.mednet.ru

**Приложение 1**

**Вопросы для фронтального опроса по теме: «Отработка эргономичных приемов»**

1. Дать определение понятию эргономика.
2. Дать определение понятию медицинская эргономика.
3. Дать определение понятию биомеханика.
4. Назвать шесть правил биомеханики.
5. Дайте определение положению Фаулера.
6. Назовите цель размещения пациента в положении Фаулера.
7. Дайте определение положению Симса.
8. Назовите цель размещения пациента в положении Симса.
9. Перечислите наиболее распространенные методы перемещения пациента в постели.

**Приложение 2**

***Практические задания***

***Задания 1***

Продемонстрировать размещение пациента в положении Фаулера.

***Задание 2***

Продемонстрировать размещение пациента в положении Симса.

***Задание 3***

Продемонстрировать размещение пациента в положении «лежа на спине».

***Задание 4***

Продемонстрировать размещение пациента в положении «лежа на животе».

***Задание 5***

Продемонстрировать размещение пациента в положении «лежа на боку».

***Задание 6***

Продемонстрировать перемещение пациента к изголовью кровати.

(выполняют два человека)

***Задание 7***

Продемонстрировать перемещение пациента к изголовью кровати.

(выполняется одной медицинской сестрой)

***Задание 8***

Продемонстрировать перемещение пациента к изголовью кровати с помощью простыни.

(выполняется одной медицинской сестрой)

**Приложение 3**

**Отработка эргономичных приемов**

**Обучение пациента с ограничением движения самостоятельному перемещению**

Начиная работу с пациентом, медицинская сестра оценивает его состояние и решает, какой объем помощи нужен в каждом конкретном случае. Иногда не требуется ее физического вмешательства, необходимо лишь направить действия пациента в нужное русло. Иначе говоря, действия медсестры огра­ничиваются обучением пациента самостоятельному перемещению. Это сни­мает проблему зависимости больного от медицинского работника, улучшает состояние и повышает мотивацию на выздоровление.

**Подготовка к обучению:**

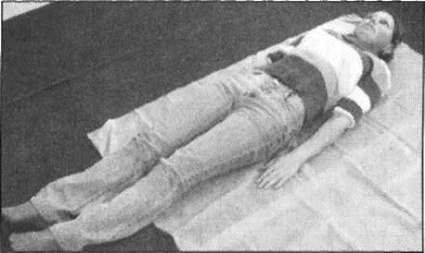
* медсестра должна оценить возможности пациента и предложить ему наи­более подходящий способ перемещения;
* необходимо убрать любые мешающие движению предметы;
* медсестра должна убедиться, что кровать, кресло-каталка стоят на тормозе;
* необходимо решить, какое оборудование или приспособления могут по­мочь пациенту (упоры, слайды, подъемник, лестница).

**Обучение будет эффективным, если медсестра:**

* знает и понимает каждый этап манипуляции,
* умеет доступно объяснить пациенту необходимые действия,
* с терпением относится к немощному человеку,
* хвалит пациента за успех,
* делает перерыв при плохом самочувствии больного,
* помнит о необходимости подготовки оборудования и окружающего про­странства.

ОБУЧЕНИЕ ПАЦИЕНТА ВСТАВАНИЮ ПОСЛЕ ПАДЕНИЯ

В ПОЛОЖЕНИЕ «СИДЯ» и «СТОЯ»

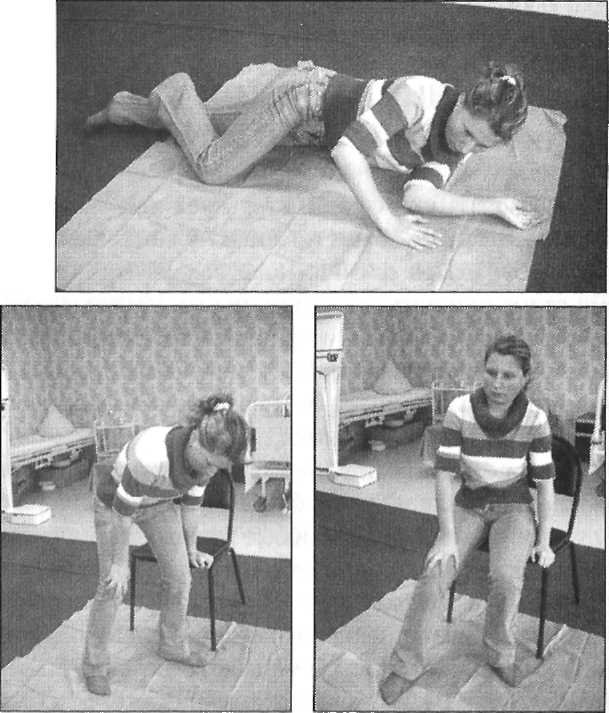
Цель: пациент займет устойчивое положение на стуле, кресле-качалке, кровати.

Условия: пациент подтвердил, что он в состоянии самостоятельно переме­шаться.

Пациент понимает медсестру и име­ет желание выполнить манипуляцию самостоятельно.

Переход в положение «сидя»

Исходное положение: паци­ент лежит на спине.

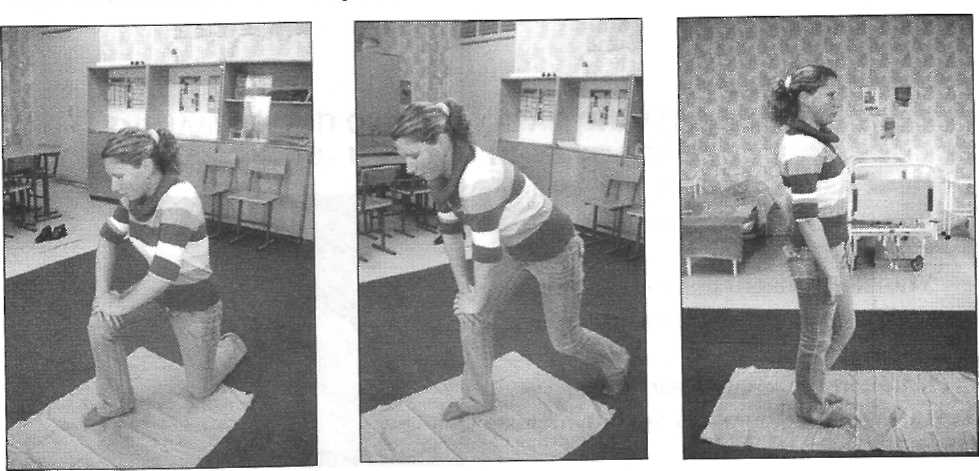
****Алгоритмы работы:

1. Примите эргономичное по­ложение (стоя на колене, опиравшись руками о согнутое ко­лено или сидя на коленях).
2. Убедитесь, что пациент по­нимает вас, получите со­гласие пациента на выпол­нение манипуляций.
3. Объясните пациенту порядок выполнения ма­нипуляции:

* пациент должен по­вернуться на бок;
* пациент должен при­нять устойчивое положе­ние для дальнейшего пе­ремещения (встать на чет­вереньки);
* пациент продвигается до опоры на четверень­ках. При вставании использует два способа: с опорой и без опоры.

1. Внимательно рассмотрите предложенные фотографии.
2. Проконтролируйте состояние пациента.

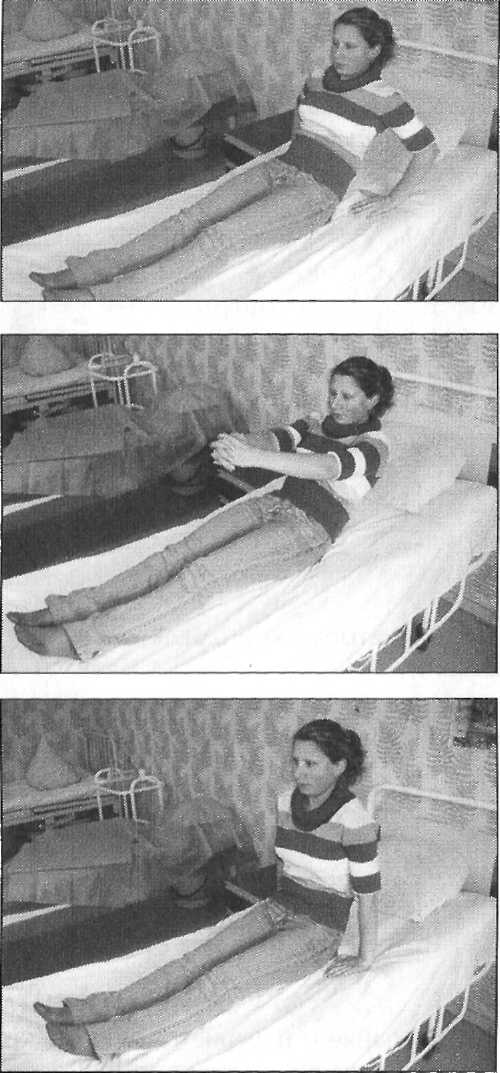
Переход в положение «стоя»



Исходное положение: пациент, стоя на одном колене.

Алгоритм работы:

1. Проделайте манипуляции 1, 2 раздела «Переход в положение «сидя».

2. Обопритесь обеими руками о поднятое колено, оттолкнитесь, встаньте  
вертикально.

УСАЖИВАНИЕ В ПОСТЕЛИ

Цель: пациент сядет в кровати в эргономичной позе.

Условия: пациент может помочь себе руками.

Пациент понимает и усваивает информацию.

Алгоритм работы:

1. Займите эргономичную позу у кровати пациента.
2. Получите информированное согласие на перемещение (объясни­те ход и необходимость манипуля­ции).
3. Объясните пациенту его дей­ствия:

1-й способ:

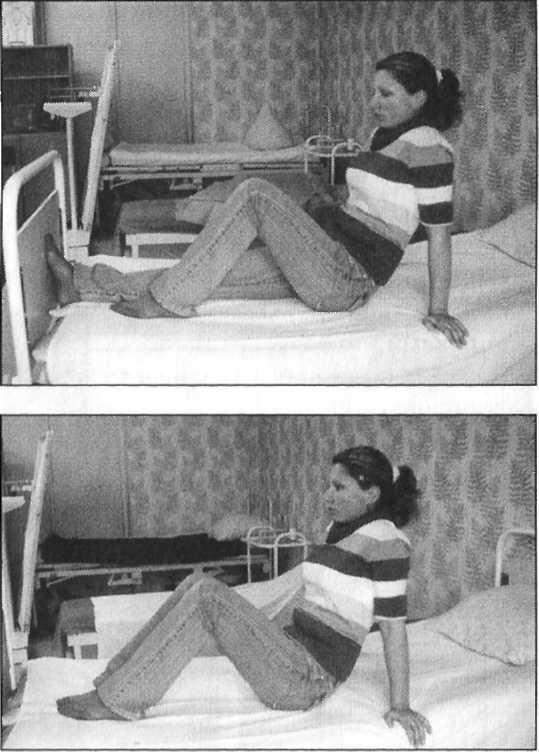
«Вы должны согнуть руки в лок­тевых суставах, опереться ладоня­ми на уровне ягодиц, оттолкнуться и сесть в кровати».

2-й способ:

«Вы должны вытянуть руки впе­ред и, напрягая мышцы брюшного пресса, сесть в кровати, опершись ладонями сбоку».

4. Придайте пациенту удобное эргономичное положение.

5. Спросите о его самочувствии.

****ОБУЧЕНИЕ ПЕРЕМЕЩЕНИЮ К ИЗГОЛОВЬЮ КРОВАТИ ИЗ ПОЛОЖЕНИЯ «СИДЯ»

Цель: пациент займет удобное положение в кровати. Условия: пациент подтвердил, что он в состоянии самостоятельно перемешаться.

Пациент понимает медсест­ру, имеет желание выполнить манипуляцию самостоятельно.

Алгоритм работы:

1. Убедитесь, что пациент по­нимает вас, объясните необхо­димость выполнения манипуля­ции.
2. Убедитесь, что пациент сможет выполнить манипуля­цию, и получите согласие на пе­ремещение.
3. Попросите пациента сесть в постели, используя один из имеющихся способов (см. мани­пуляцию «Усаживание в посте­ли»).
4. Выберите один из способов перемещения и объясните паци­енту, как это следует сделать:

а) отталкиваясь ногой (см. фото);

б) отталкиваясь двумя ногами;

в) перекатываясь с ягодицы на ягодицу.

5. Приготовьте кровать пациенту. Придайте ему эргономичную позу.

*ОБУЧЕНИЕ ПАЦИЕНТА ПОВОРОТУ НА БОК*

Цель: пациент повернется на бок в кровати и займет удобное положение.

Условия: пациент может помочь себе руками. Пациент усваивает информацию.

У пациента нет противопоказаний для положения на боку.

Алгоритм работы:

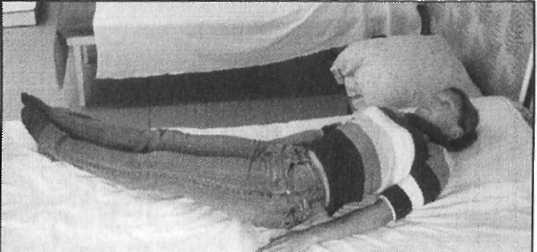
1. Объясните пациенту необходимость перемещения.
2. Убедитесь, что пациент может выполнить перемещение. Получите согла­сие пациента на перемещение.
3. Придайте пациенту эргоно­мичное положение (уберите подушку).
4. Объясните пациенту его действия:

* «Отведите плечо, согните руку в локтевом суставе, поло­жите ее на кровать, кисть на уровне головы, ладонь сверху (движение выполняется со сто­роны поворота)»;
* «Согните ноги в коленях, слегка обопритесь ступнями о кровать»;
* «Отталкиваясь ступнями и опираясь согнутой рукой, вы­полните поворот на бок. Стра­хуйте себя другой рукой».

5. Помогите пациенту занять удобное положение.

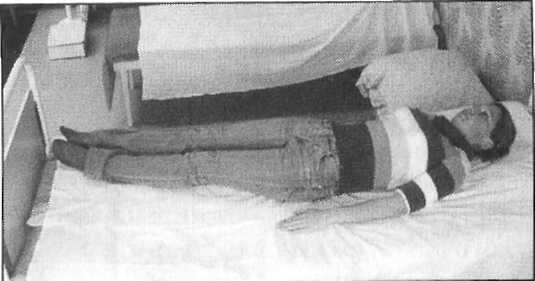
6. Спросите о самочувствии.

*ОБУЧЕНИЕ ПАЦИЕНТА СМЕШЕНИЮ К КРАЮ КРОВАТИ*

Цель: пациент сместится к краю кровати и займет удобное положение для выполнения оп­ределенной манипуляции (в/в введение жидкости, смена по­стельного белья, перемещение на каталку и т.д.).

Условия: пациент может пе­ремещаться в горизонтальном положении, помогая себе рука­ми. Пациент понимает и усваивает информацию.

Алгоритм работы:

1. Объясните пациенту необходимость перемещения. Убедитесь, что пациент мо­жет перемешаться самостоя­тельно в горизонтальном поло­жении.

1. Получите согласие пациен­та на перемещение.
2. Придайте пациенту эргоно­мичное положение (уберите по­душку).

5. Объясните пациенту его действия:

* «Вы должны, помогая себе руками сместить верхнюю часть туловища к краю кровати на расстояние, которое вам по силам»;
* «После короткого отдыха, помогая себе руками, сместите таз к краю кровати. Отдохните»;

- «Переместите ноги к краю кровати».

6. Придайте положение пациенту, необходимое и удобное для выполнения  
процедур.

ОБУЧЕНИЕ ПАЦИЕНТА УСАЖИВАНИЮ В КРОВАТИ, СВЕСИВ НОГИ, ИЗ ПОЛОЖЕНИЯ «ЛЕЖА НА БОКУ»

Цель: пациент сядет в кровати, свесив ноги.

Условие: пациент может помочь себе.

Алгоритм работы:

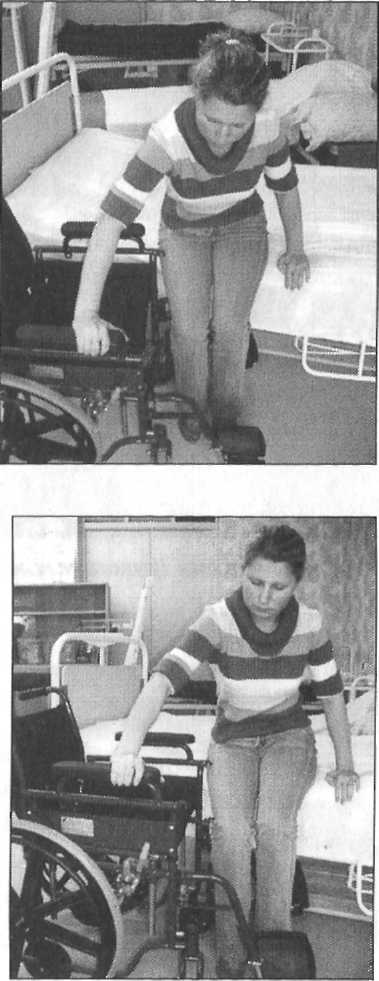
1. Объяснить пациенту необходимость выполнения процедуры.
2. Убедитесь, что пациент может выполнить процедуру.
3. Если пациент лежит далеко от края кровати, то необходимо выполнить  
   перемещение к краю кровати (см. предыдущую манипуляцию).
4. Объясните пациенту его действия:

- «Вам необходимо свесить ноги с кровати»;

- «Оттолкнитесь вначале ладонью руки, находящейся сверху, от кровати, усильте толчок предплечьем руки, находящейся снизу».

- «Сядьте в кровати. Постарайтесь опереться ладонями сбоку туловища».

5. Спросите о его самочувствии.

ОБУЧЕНИЕ ПАЦИЕНТА ПЕРЕСАЖИВАНИЮ С КРОВАТИ

В КРЕСЛО-КАТАЛКУ И ОБРАТНО

Цель: пациент пересядет с кровати в крес­ло-каталку.

Условия: у пациента нет противопоказа­ний для выполнения процедуры.

Исходное положение: пациент сидит в кро­вати, свесив ноги.

Алгоритм работы:

1. Объясните пациенту необходимость вы­полнения процедуры. Получите его согласие.
2. Подготовьте кресло-каталку (уберите подставку для ног) и установите его под уг­лом 45-60° к кровати, сиденьем вперед, по­ставьте на тормоз.
3. Опустите кровать, чтобы ступни паци­ента касались пола.

4. Объясните пациенту его действия:

* «Ближней к креслу рукой обопритесь о дальний подлокотник. Дальней рукой обопри­тесь или о край кровати сбоку туловища, или о бедро, или о колено дальней ноги»;
* «Опираясь руками и ногами, приподними­те туловище, сделайте поворот таза в сторо­ну кресла и сядьте на сиденье»;
* «Устройтесь удобнее, помогая себе рука­ми».

5. Установите подставку для ног.

6. Снимите с тормоза кресло-каталку.  
Перемещение пациента из кресла-каталки

на кровать осуществляется в обратном порядке.

**Приложение 4**

*Рефлексия*

Инструкция: Каждый для себя ответит на несколько не больших вопросов.

Что сегодня я узнал?

Я понял материал или были затруднения?

Я научился чему-то новому?

Я смог добиться результата?