PACIENTO SAUGAUS KILNOJIMO STANDARTAS

Paciento saugaus kilnojimo standartas

I. Bendrosios nuostatos

1. Paciento saugaus kilnojimo standartas (toliau Kilnojimo standartas) parengtas siekiant taisyklingai, ergonomiškai keisti paciento kūno padėtį, nepakenkiant pacientui ir išsaugant slaugančiųjų asmenų sveikatą.
2. Šis Standartas nustato slaugančiųjų asmenų veiksmus pakeliant, perkeliant pacientą, keičiant jo kūno padėtį.
3. Kilnojimo standartas apima:
   3.1. Paciento kūno padėčių keitimo standartą, kurį sudaro 8 algoritmai (2 priedas).
   3.2. Didelio svorio paciento padėčių keitimo standartą, kurį sudaro 7 algoritmai (3 priedas).
4. Šiame Standarte vartojamos sąvokos:

Darbuotojas – sveikatos priežiūros specialistas, slaugantis pacientą.
Pacientas – sveikatos priežiūros įstaigų teikiamomis paslaugomis besinaudojantis asmuo, kuriam reikalinga pagalba kūno padėčiai keisti.

II. Bendrosios sąlygos, reikalingos saugiai ir ergonomiškai kilnoti pacientus

(Pagrindinės šiuolaikinės pacientų kilnojimo idėjos)

Pagrindiniai pacientų kilnojimo principai:

- Darbuotojo saugumas (keliant ir nešant) kilnojant pacientą.
- Aktyvus paciento dalyvavimas atliekant visus kilnojimo veiksmus.
- Tinkamų personalo veiksmų atradimas ir suderinimas, komandinis darbas.
- Tinkamas pagalbinių kilnojimo priemonių naudojimas.
- Reguliarus mokymosi procesas.

Reikalavimai aplinkai:

- Paciento lovos aukštis turi būti patogus darbui (geriausiai klubų aukščio, kad asmens rankos galėtų lengvai gulėti ant lovos; keliant pacientą į vežimėlį – vežimėlio aukščio).
- Vartant pacientą lovoje galvūgalis turi būti horizontalus.
- Turi būti išnaudojamos techninės lovos / vežimėlio galimybės (jei reikia, pakeliamos lovos grotelės, pakeliamas / nuleidžiamas galvūgalis, nuimami vežimėlio porankiai / pakojai ir kt.).
- Pritaikyta darbo aplinka (tinkamas lovų išdėstymas, pakankamai vietos kilnojimo veiksmams atlikti), atitinkanti higienos normas.
- Tvarkinga, neslidi grindų danga.

Nurodymai darbuotojui:

- Avėkite uždarus, neslystančius, žemakulnius batus ir dėvėkite patogius darbo rūbus, kad nevaržytų judesių.
- Įvertinkite darbo aplinką ir paruoškite ją darbui.
- Nepervertinkite savo fizinių sugebėjimų. Abejotinu atveju geriau dirbkite su komanda.
- Užtikrinkite koordinuotus savo ir paciento judesius. Pagal galimybes pacientui duokite aiškiai suprantamas „komandas“.
- Perkeldami pacientą dirbkite sulenktais kelių sąnariais, žingsnio pozicijoje, tiesia nugara, laikykite svorį kuo arčiau kūno, neįsitempkite.
- Priklausomai nuo situacijos panaudokite įvairią kilnojimo techniką.
- Naudokite turimas pagalbines priemones, lengvinančias paciento kūno padėties keitimą.
- Reguliariai dalyvaukite mokymuose, kaip naudoti pagalbines kilnojimo priemones.

Reikalavimai pagalbinėms priemonėms:

- Pagalbinės priemonės turi būti tinkamos naudoti.
- Kilnojimo priemonės parenkamos individualiai pagal paciento būklę ir kilnojimo situaciją.
- Prieš keliant pacientą reikalingos kilnojimo priemonės turi būti padėtos lengvai pasiekiamoje vietoje.
- Priemonės tvarkomos atsižvelgiant į gamintojų ir higienos normų reikalavimus.

Darbuotojo santykis su pacientu:

- Įvertinkite paciento bendradarbiavimo galimybes pagal pateiktą protokolą, sudarykite slaugos planą (priedas 1).
- Informuokite pacientą apie kėlimo eigą ir pateikite jam aiškius nurodymus.
- Paskatinkite pacientą aktyviai dalyvauti kėlimo procese.
- Atsižvelkite į paciento sveikatos būklę, pagal tai parinkite kėlimo metodą.
- Keldami pacientą, pirmiausia kelkite galvą, paskui rankas, krūtinės ląstą, dubenį ir kojas. Judesius atlikite lėtai.
- Paciento galūnes kelkite iš apačios suglaustais pirštais, ištisu delnu.

III. Darbdavio pareigos

- Darbdavio pareiga yra sudaryti darbuotojams saugias ir sveikatai nekenksmingas darbo sąlygas visais su darbu susijusiais aspektais.
- Darbdavys turi siekti išvengti pacientų kėlimo rankomis darbų, kurie gali kelti pavojų darbuotojų saugai ir sveikatai.

- Tuo atveju, jei pacientų kėlimo rankomis darbas yra neišvengiamas, darbdavys turi imtis atitinkamų organizacinių veiksmų arba naudoti atitinkamas darbo priemones, siekdamas kuo labiau sumažinti pavojų darbuotojų saugai ir sveikatai.

- Darbo metu keliamas svoris neturėtų viršyti nuolat keliamų krovinių vyrams nuo 18 iki 39 metų amžiaus ne daugiau kaip 25 kg, moterims – 15 kg; vyrams nuo 40 metų amžiaus ne daugiau kaip 20 kg, moterims – 10 kg; vienkartinio kėlimo – vyrams ne daugiau kaip 30 kg, moterims – 15 kg. Jei krovinio masė viršija leidžiamą svorio normą, krovinį turi kelti ar nešti keli žmonės.
- Darbuotojų saugos ir sveikatos priemonės finansuojamos darbdavio lėšomis.
- Darbdavys turi tikslingai planuoti ir organizuoti darbus, panaudodamas technines priemones, mechaninius įrenginius.
- Darbdavys privalo organizuoti kolektyvinių apsaugos priemonių įrengimą ir, jeigu jos nepakankamai apsaugo darbuotojus nuo rizikos, darbuotojus aprūpinti asmeninėmis apsaugos priemonėmis.
- Darbdavys organizuoja arba paveda darbdavio įgaliotam asmeniui organizuoti privalomus darbuotojų sveikatos patikrinimus.
- Darbdavys kontroliuoja, kaip darbuotojai laikosi darbuotojų saugos ir sveikatos norminių teisės aktų reikalavimų, įmonėje nustatyta tvarka nušalina nuo darbo darbuotojus, kurie nesilaiko darbuotojų saugos ir sveikatos reikalavimų.

IV. Darbuotojų mokymai

- Darbdavys organizuoja arba paveda darbdavio įgaliotam asmeniui instruktuoti darbuotojus, kurių darbas susijęs su paciento kūno padėties keitimu, transportavimu, kaip kelti pacientus, kad būtų visiškai išvengta grėsmės saugai ir sveikatai.
- Darbdavys privalo užtikrinti darbuotojo periodišką mokymąsi.
- Darbdavys turi užtikrinti, kad darbuotojai, keliantys pacientus rankomis, prieš tai turi būti specialiai mokomi ir instruktuojami:
  - kaip taisyklingai atlikti darbus,
  - kaip naudoti pagalbines technines priemones,
  - apie galimus pavojus, kylančius tuo atveju, kai darbai vykdomi pažeidžiant saugos ir sveikatos darbe reikalavimus.
- Mokymai gali būti organizuojami darbo vietoje ar švietimo įstaigoje.

V. Darbuotojo pareigos

Darbuotojai, pacientus keliantys rankomis, privalo:

- prieš pradedami darbą ir periodiškai Sveikatos apsaugos ministerijos nustatyta tvarka tikrintis sveikatą,
- laikytis saugos ir sveikatos instrukcijų bei reikalavimų keliant pacientus,

- darbo priemones naudoti pagal darbo priemonių dokumentuose, darbuotojų saugos ir sveikatos instrukcijose nurodytus jų saugaus naudojimo reikalavimus,
- tinkamai naudoti kolektyvines ir (ar) asmenines apsaugos priemones,
- nedelsdami pranešti vadovui ar darbdaviui atstovaujančiam asmeniui apie darbo metu patirtas traumas, kitus su darbu susijusius sveikatos sutrikimus,
- periodiškai mokytis, tobulinti kompetencijas ir įgūdžius,
- laikytis darbo tvarkos taisyklėse, darbo grafike nustatyto darbo ir poilsio režimo,
- laikytis saugaus elgesio su pacientu ir jo pakėlimo vertinimo kriterijų ir priežiūros plano.

VI. Darbuotojo teisės

Darbuotojas turi teisę:

- reikalauti, kad darbdavys sudarytų saugias ir sveikatai nekenksmingas darbo sąlygas, įrengtų kolektyvinės apsaugos priemones, aprūpintų asmeninėmis apsaugos priemonėmis, kai kolektyvinės priemonės neapsaugo nuo rizikos veiksnių poveikio,
- sužinoti iš darbdaviui atstovaujančio asmens apie darbo aplinkoje esančius sveikatai kenksmingus ir (ar) pavojingus veiksnius,
- susipažinti su išankstinių ir periodinių privalomų sveikatos tikrinimų rezultatais, o jei nesutinka su patikrinimo rezultatais, sveikatą pasitikrinti pakartotinai,
- tartis su darbdaviu dėl darbuotojų saugos ir sveikatos gerinimo,
- periodiškai mokytis, tobulinti kompetencijas ir įgūdžius.

VII. Teisinis pagrindas

- 1989 m. birželio 12 d. Tarybos direktyva 89/391/EEB dėl priemonių darbuotojų saugai ir sveikatos apsaugai darbe gerinti nustatymo (OL 2004 m. specialusis leidimas, 5 skyrius, 1 tomas, p. 349) su paskutiniais pakeitimais, padarytais 2008 m. spalio 22 d. Europos Parlamento ir Tarybos reglamentu (EB) Nr. 1137/2008 (OL 2008 L 311, p. 1).
- 1990 m. gegužės 29 d. Tarybos direktyva 90/269/EEB dėl būtiniausių sveikatos ir saugos reikalavimų, taikomų krovinių krovimui rankomis pirmiausia, kai gresia pavojus, jog darbuotojai gali susižeisti nugarą (OL 1990 L 156, p. 9) su paskutiniais pakeitimais, padarytais 2007 m. birželio 20 d. Europos Parlamento ir Tarybos direktyva 2007/30/EB (OL 2007 L 165, p. 21).
- Slaugos personalo įdarbinimo ir darbo bei gyvenimo sąlygų konvencija (Žin., 2007, Nr. 49-1885).
- Darbuotojų saugos ir sveikatos reikalavimai tvarkant krovinius rankomis, patvirtinti Lietuvos Respublikos socialinės apsaugos ir darbo ministro ir Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2006 m. spalio 23d. įsakymu Nr. A1-293/V-869 (Žin., 2006, Nr. 116-4417).

- Ergonominių rizikos veiksnių tyrimo metodiniai nurodymai, patvirtinti Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro ir Lietuvos Respublikos socialinės apsaugos ir darbo ministro 2005 m. liepos 15 d. įsakymu Nr. V-592/A1-210 (Žin., 2005, Nr. 95-3536).

VIII. Baigiamosios nuostatos

ASPĮ vadovo nustatyta tvarka sudaroma saugaus paciento kilnojimo tvarka, patvirtinama sveikatos priežiūros specialistų mokymo ir instruktavimo tvarka.

<u>1 priedas</u>

Paciento bendradarbiavimo vertinimo protokolas ir slaugos planas dėl saugaus elgesio su pacientu ir jo kilnojimo / perkėlimo

I. Paciento savarankiškumo laipsnis:

- □ Nepriklausomas
- □ Dalinė pagalba
- □ Priklausomas

Prieš kiekvieną užduotį turėtų būti atliekamas įvertinimas, ar paciento gebėjimo padėti lygis yra kintantis dėl medicininių priežasčių, nuovargio, medikamentų ir kt., jeigu kyla abejonių, ar pacientas negali padėti jį perkeliant / keičiant padėtį.

II. Ar pacientas gali išlaikyti savo svorį stovėdamas?

- □ Taip
- □ Iš dalies
- □ Ne

III. Ar pacientas gali valdyti rankas?

- □ Taip, abi
- □ Taip, vieną
- □ Ne

IV. Ar pacientas bendradarbiauja?

- □ Taip
- □ Iš dalies
- □ Ne

V. Svoris _____ Ūgis _____ KMI _____

Jei KMI viršija 40 ar svoris >130 kg, naudokite „Didelio svorio paciento padėties keitimo algoritmą“.

VI. Papildomos sąlygos / būklės, kurios gali turėti įtakos paciento kūno padėties keitimui:

- □ Kritimų istorija
- □ Žaizdos, turinčios įtakos kėlimui / padėties keitimui
- □ Paralyžius / parezė
- □ Amputacija
- □ Pacientui atlikta klubo, kelio ar peties sąnarių operacija
- □ Ortopedinės būklės, turinčios įtakos padėties keitimui
- □ Kardio-pulmoninės sistemos nepakankamumo reiškiniai
- □ Stuburo nestabilumas
- □ Šlapimo kateteris
- □ Osteoporozė

- □ Galūnių edema
- □ Kontraktūros, raumenų spąstiškumas
- □ Stiprus skausmas, priverstinė padėtis
- □ Labai jautri oda
- □ Drenai, kateteriai
- □ Ortostatinė hipotenzija

VII. Reikalingos tinkamos kėlimo / perkėlimo priemonės:

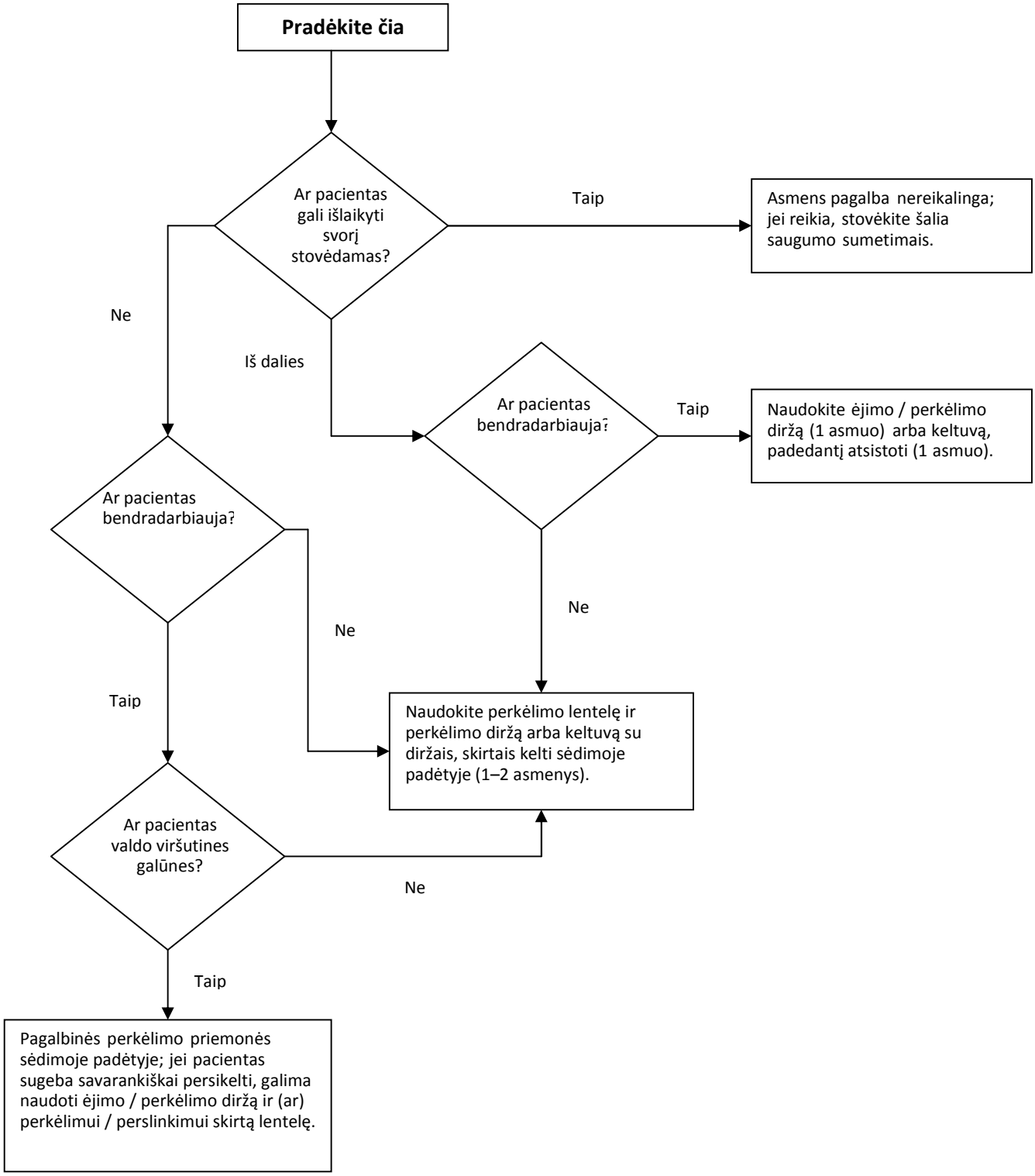
- □ Pagalbinės kėlimo / perkėlimo priemonės gulimoje padėtyje
- □ Pagalbinės kėlimo / perkėlimo priemonės, padedančios perkelti sėdimoje padėtyje
- □ Lovos įrenginiai, padedantys keisti kūno padėtį
- □ Pagalbinės vaikščiojimui skirtos priemonės
- □ Keltuvai
- □ Keltuvo diržai

Pagalbos lygiai

- Mažas – reikalinga minimali pagalba, naudojant pagalbines priemones, žodinė komanda, priežiūra ar nedidelis fizinis palaikymas. Iki 75 % veiksmų atlieka pats pacientas.
- Vidutinis – reikalinga vidutinė fizinė pagalba. Pacientas aktyviai dalyvauja procese, pats atlieka iki 50 % veiksmų.
- Didelis – reikalinga didelė vieno ar daugiau darbuotojų fizinė pagalba. Pacientas dalyvauja minimaliai, pats atlieka tik nežymius judesius ar rodo iniciatyvą.

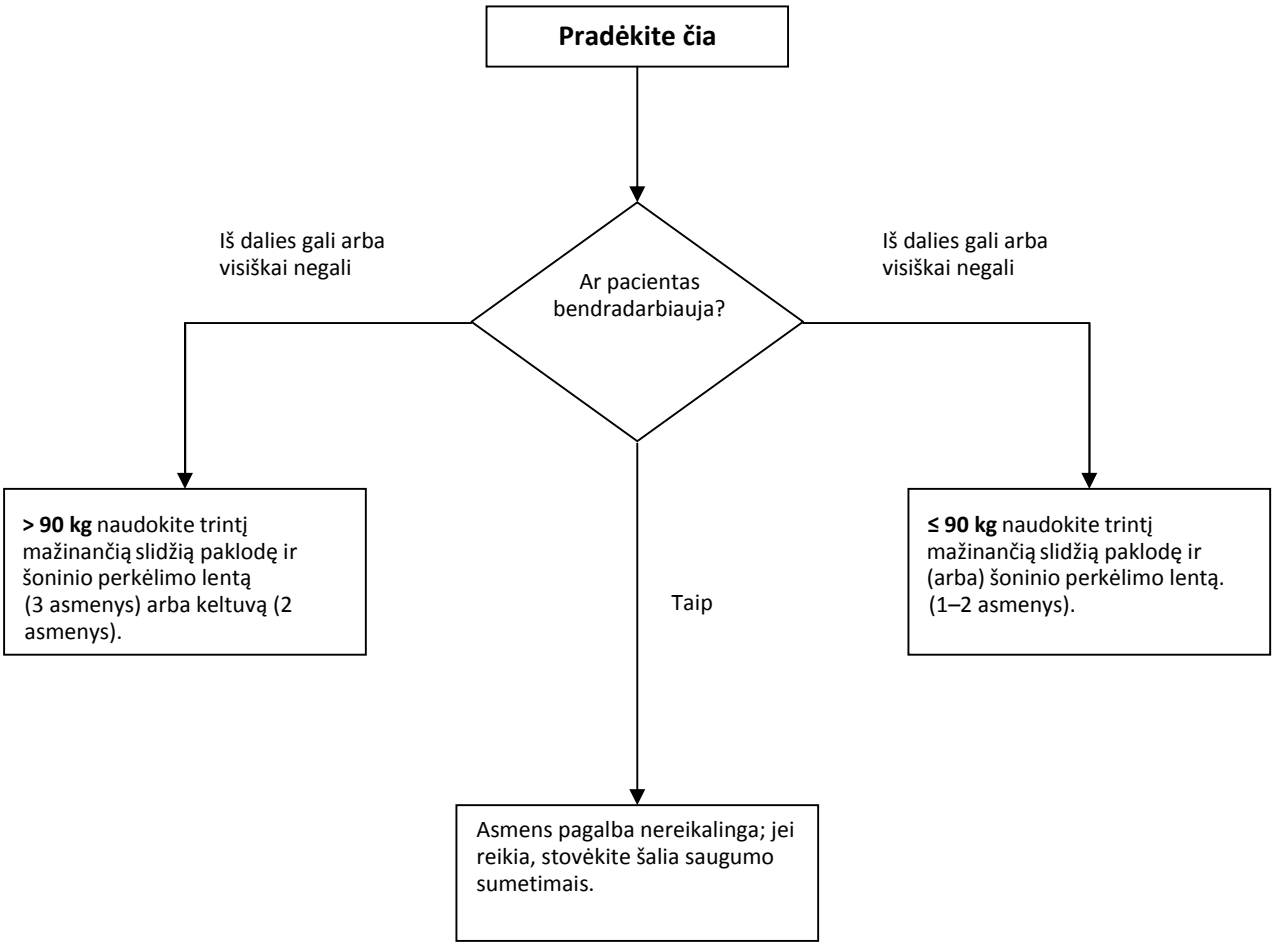
2 priedas. Saugaus elgesio su pacientu ir jo kilnojimo vertinimo kriterijai ir priežiūros planas: algoritmai ir medicininės priemonės

1 algoritmas. Perkėlimas iš sėdimos pozicijos į sėdimą poziciją*



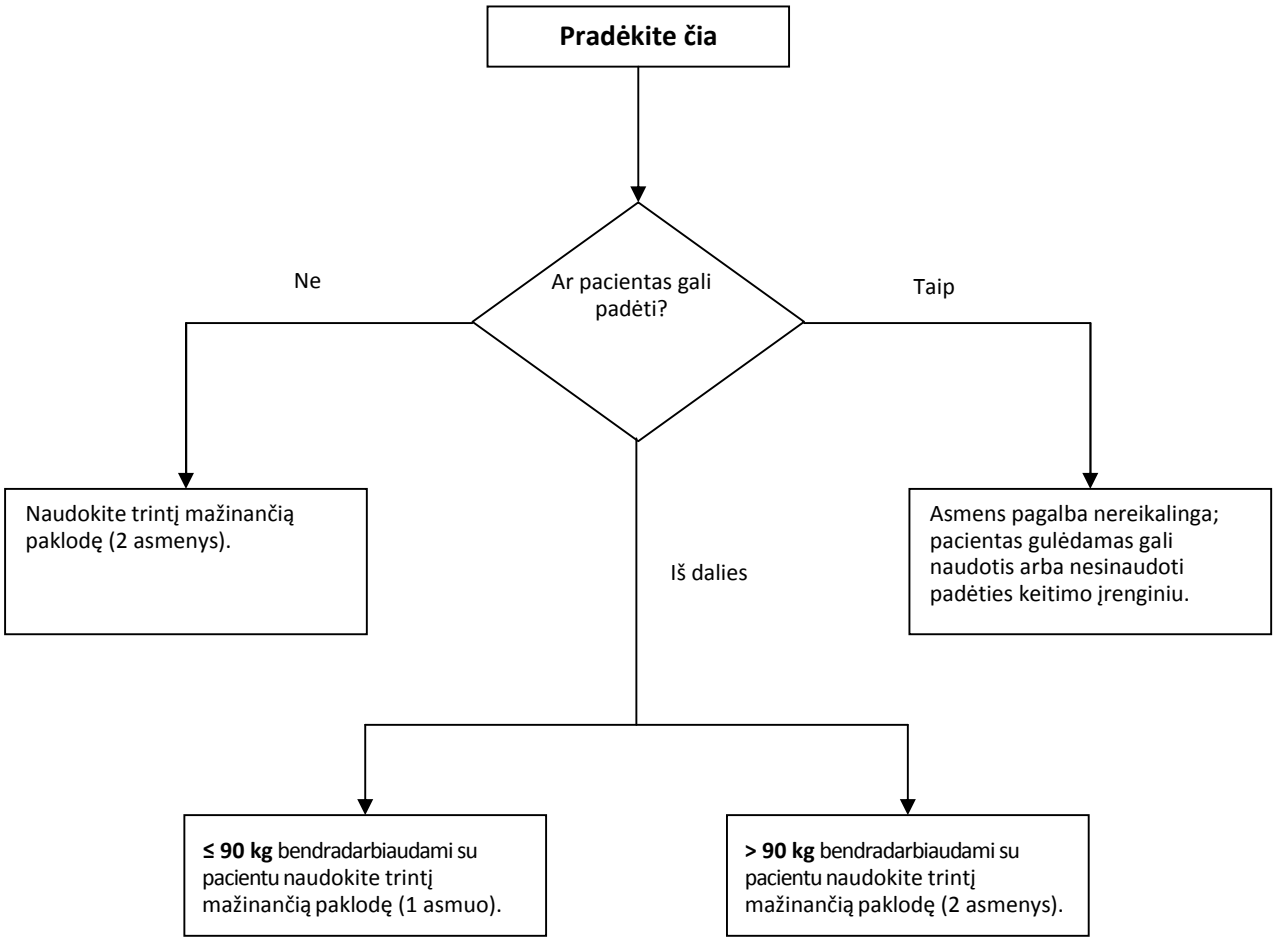
*** Pvz.: nuo lovos ant kėdės, nuo kėdės ant tualeto, nuo kėdės ant kėdės, iš automobilio ant kėdės, ant tyrimų stalo ir kt.**

2 algoritmas. Perkėlimas iš gulimos pozicijos į gulimą poziciją*

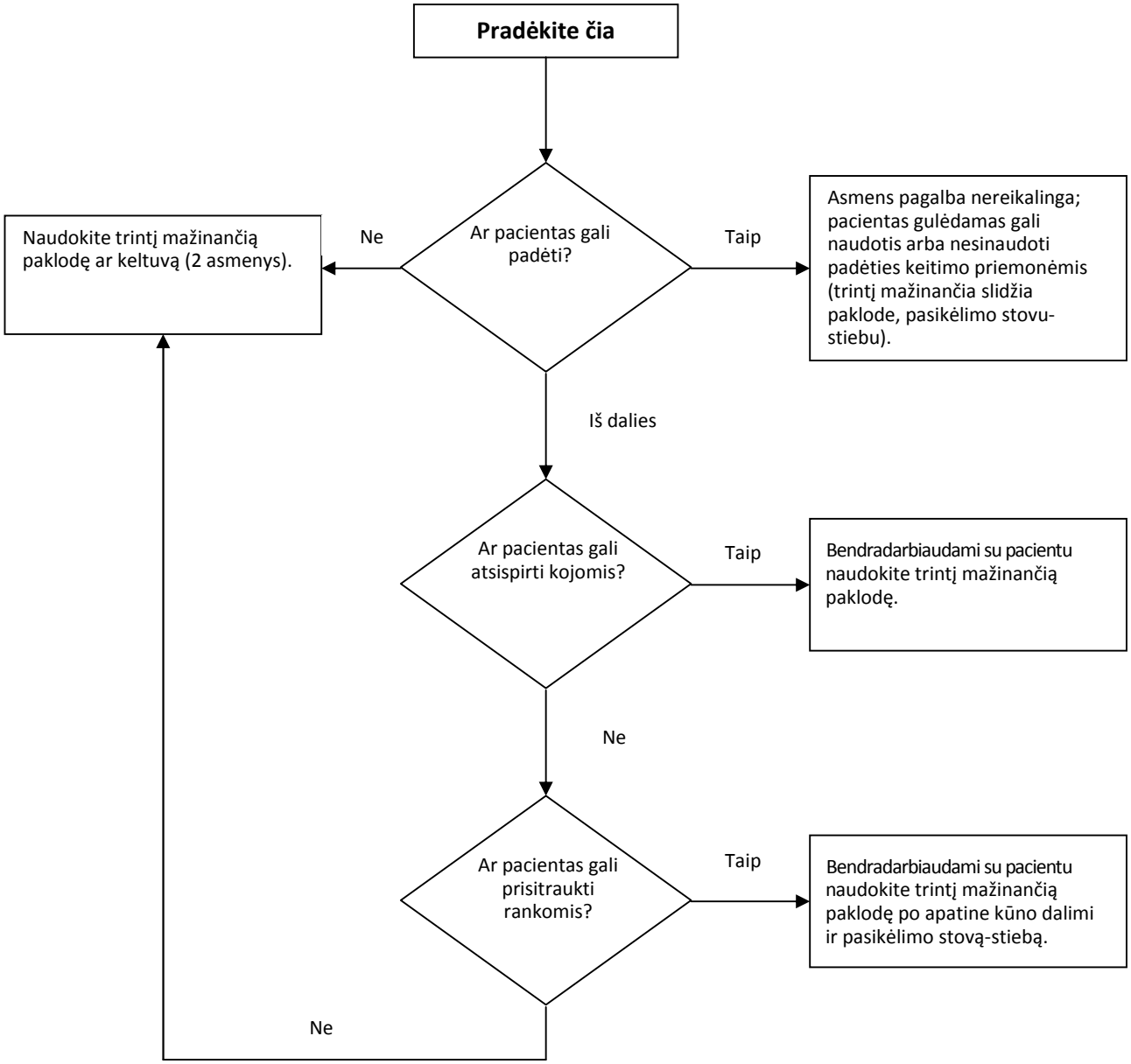


*** Pvz.: nuo lovos ant neštuvų, nuo neštuvų ant tyrimų stalo, nuo lovos ant gulimo vežimėlio ir kt.**

3 algoritmas. Padėties keitimas lovoje nuo šono (nugaros) ant šono

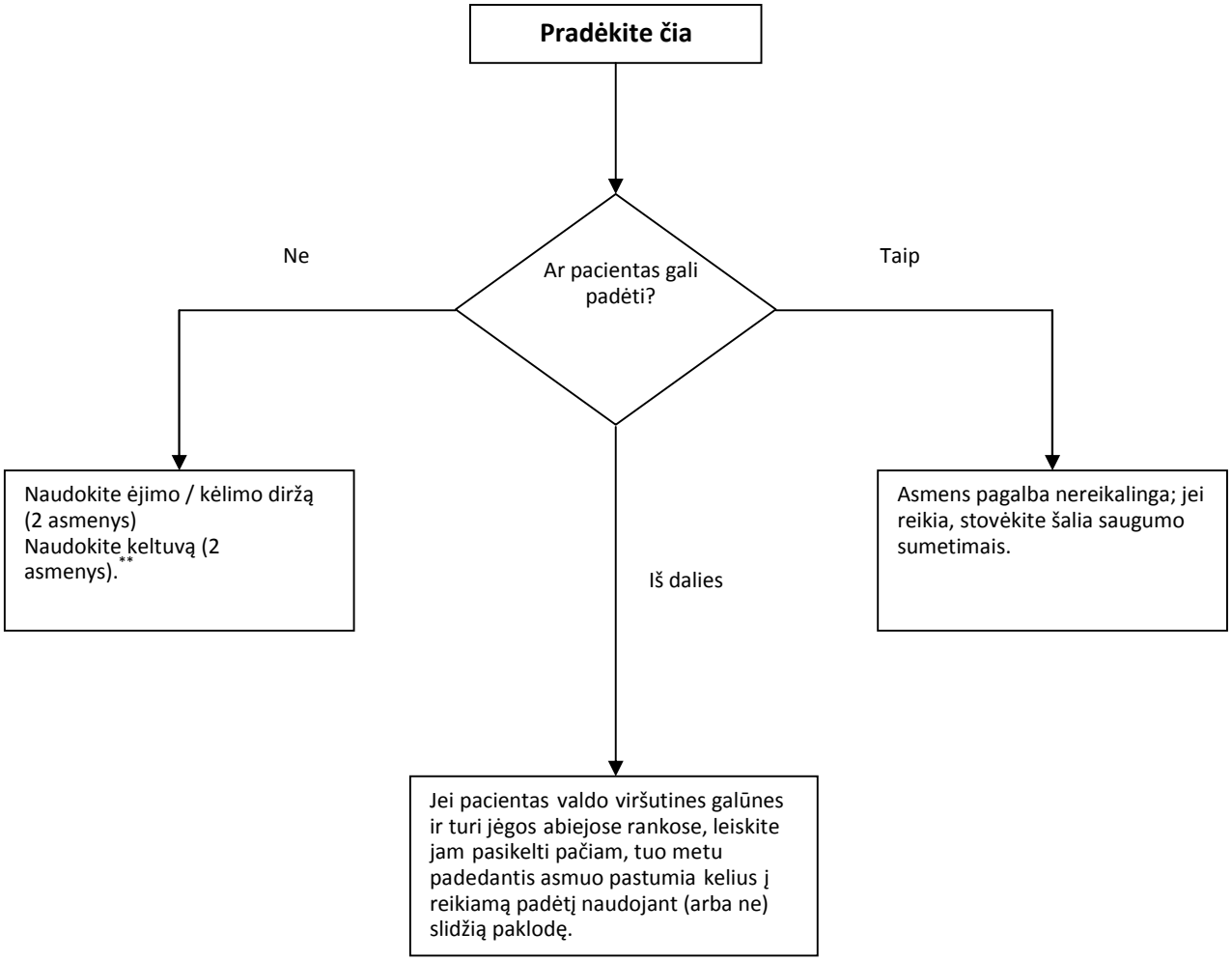


4 algoritmas. Padėties keitimas lovoje, aukštyn lovoje*



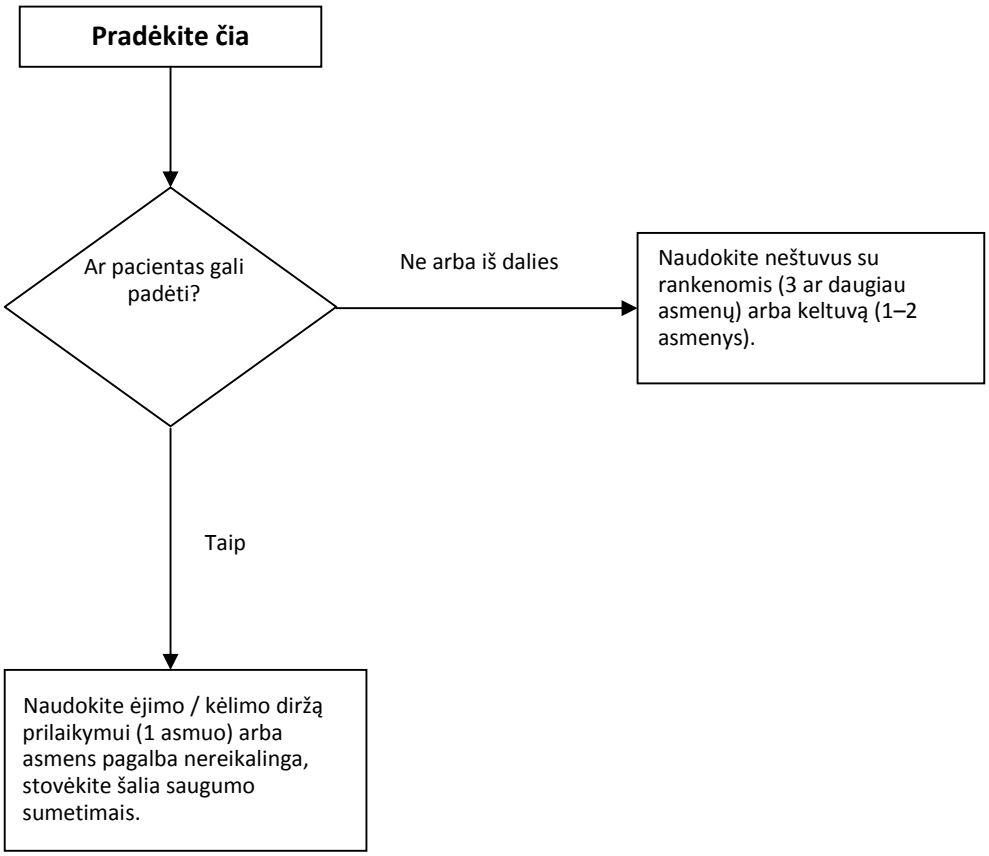
*** Jei įmanoma, būtinai sulenkite paciento kojas per kelius.**

5 algoritmas. Padėties keitimas kėdėje ir (ar) sėdimame vežimėlyje*



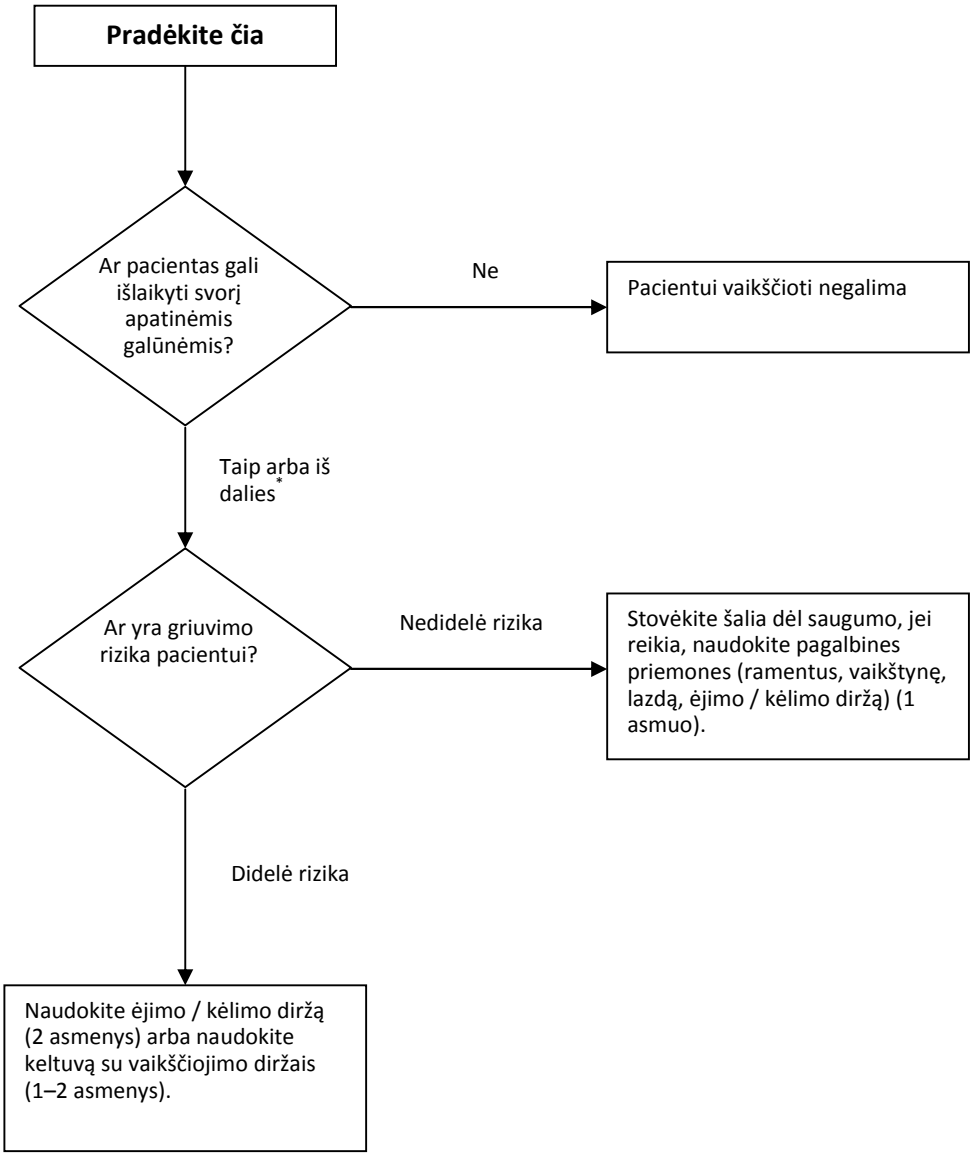
*** Pritraukite paciento nugarą prie kėdės ar sėdimo vežimėlio atlošo.**
**** Norėdami išlaikyti paciento sėdėjimo poziciją, naudokite fiksuojantį diržą juosmeniui.**

6 algoritmas. Paciento pakėlimas nuo grindų*



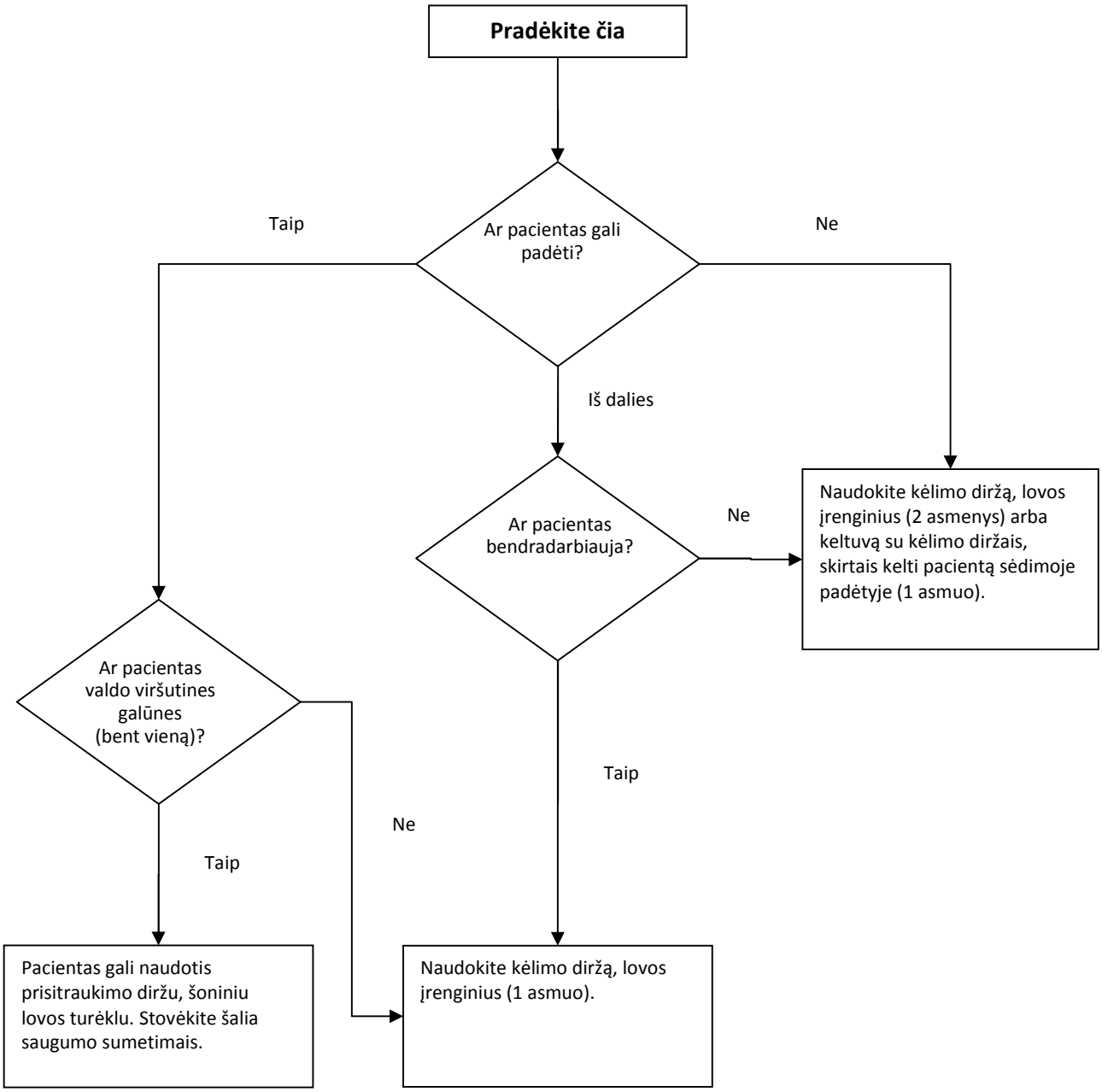
*** Nesant reikiamo asmenų skaičiaus arba keltuvo, palikti pacientą ant grindų (suteikiant saugias gulėjimo sąlygas).**

7 algoritmas. Vaikščiojimas



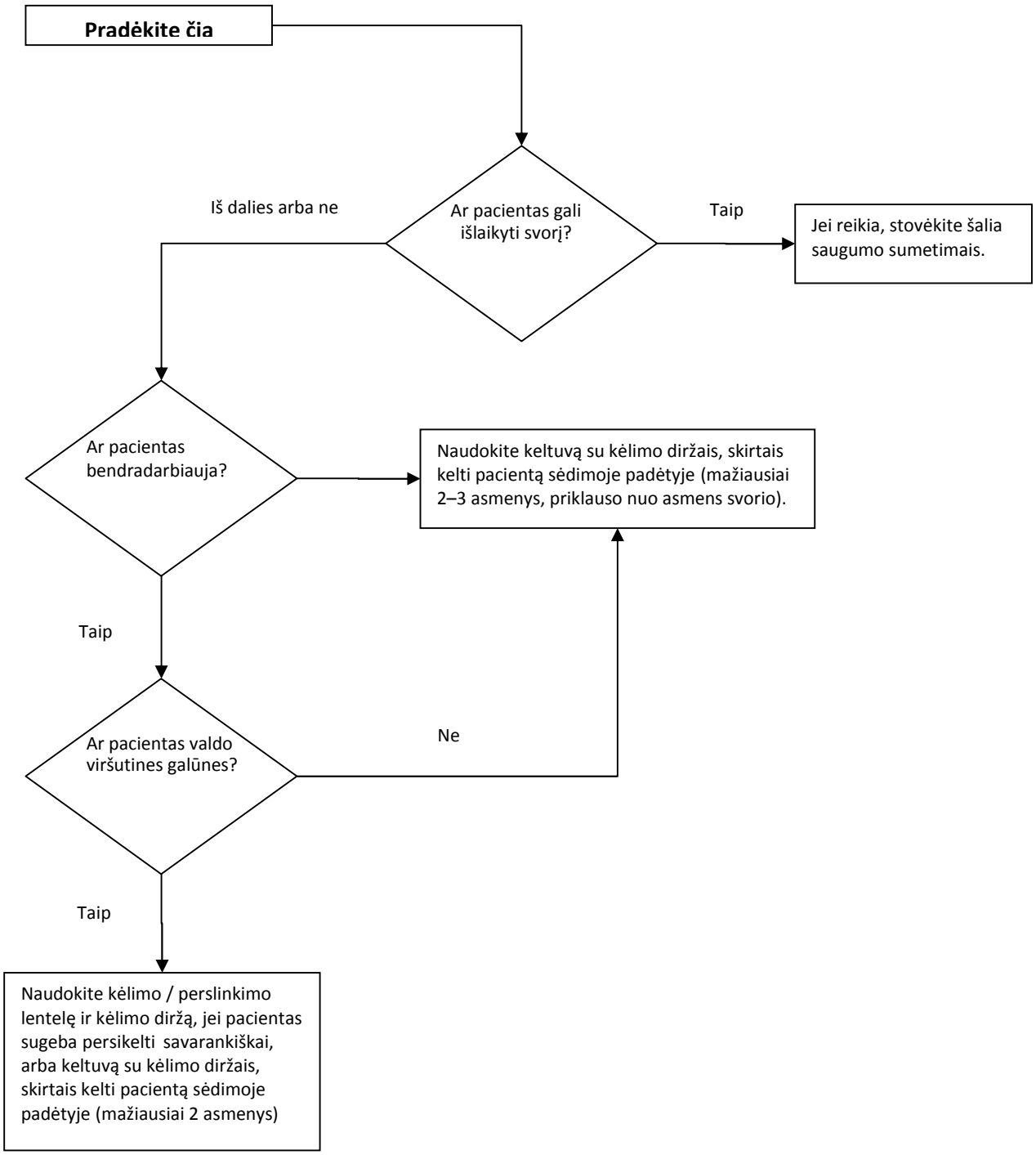
*** Dalinis svorio išlaikymas. Apima situacijas, kai pacientui gali būti leidžiama a) išlaikyti ribotą svorį viena apatine galūne ir visą svorį kita galūne; b) dalinis svorio išlaikymas abiem galūnėmis.**

8 algoritmas. Perkėlimas iš gulimos pozicijos į sėdimą (nuleistomis kojomis)



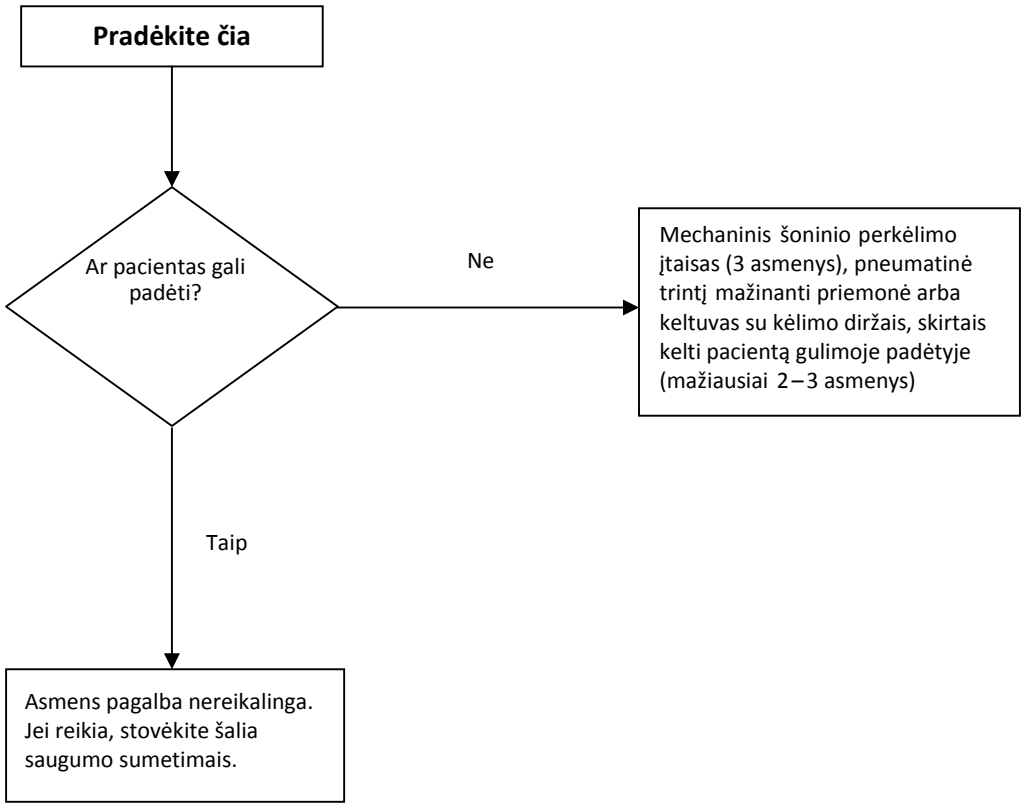
3 priedas. Bariatriniai algoritmai

1 bariatrinis algoritmas. Nutukusio paciento perkėlimas iš sėdimos padėties į sėdimą* padėtį**



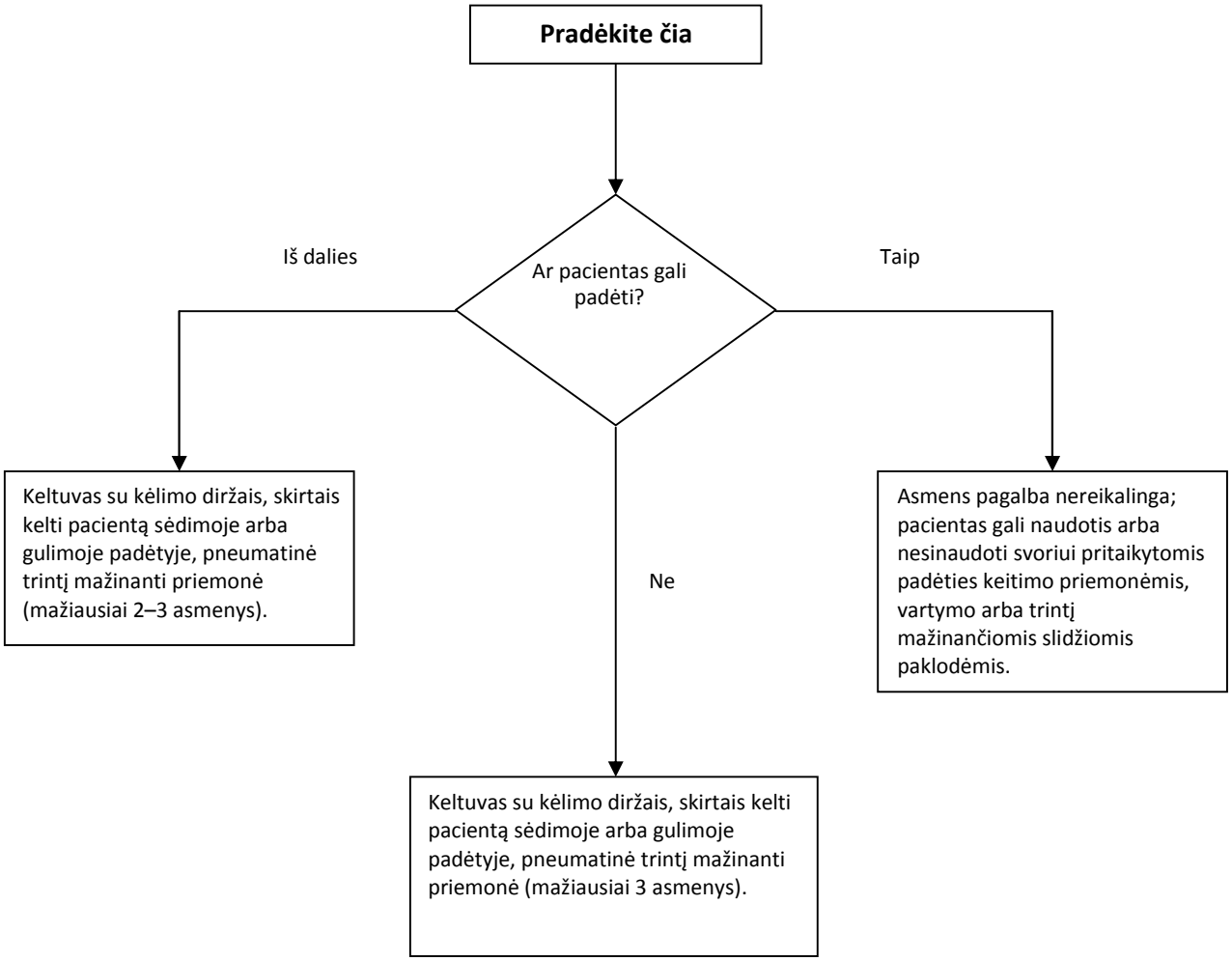
*** Pvz.: nuo lovos ant kėdės, nuo kėdės ant tualeto ir kt.**
**** Prieš naudodami keltuvą ar (ir) medicinines priemones, patikrinkite, kokiam svoriui jie skirti.**
Įsitikinkite, kad naudojama įranga atitinka svorio reikalavimus. Standartinė įranga paprastai būna pritaikyta svoriui iki 113–159 kg. Įstaiga turėtų priklijuoti lipdukus prie visų bariatrinių įrengimų su EC ženklu (skirti didesniam mastui) ir plotu, skirtu gamintojo nustatytam svorio pajėgumui, numatytam šiam konkrečiam įrangos modeliui.

2 bariatrinis algoritmas. Nutukusio paciento perkėlimas iš gulimos į gulimą* padėtį**



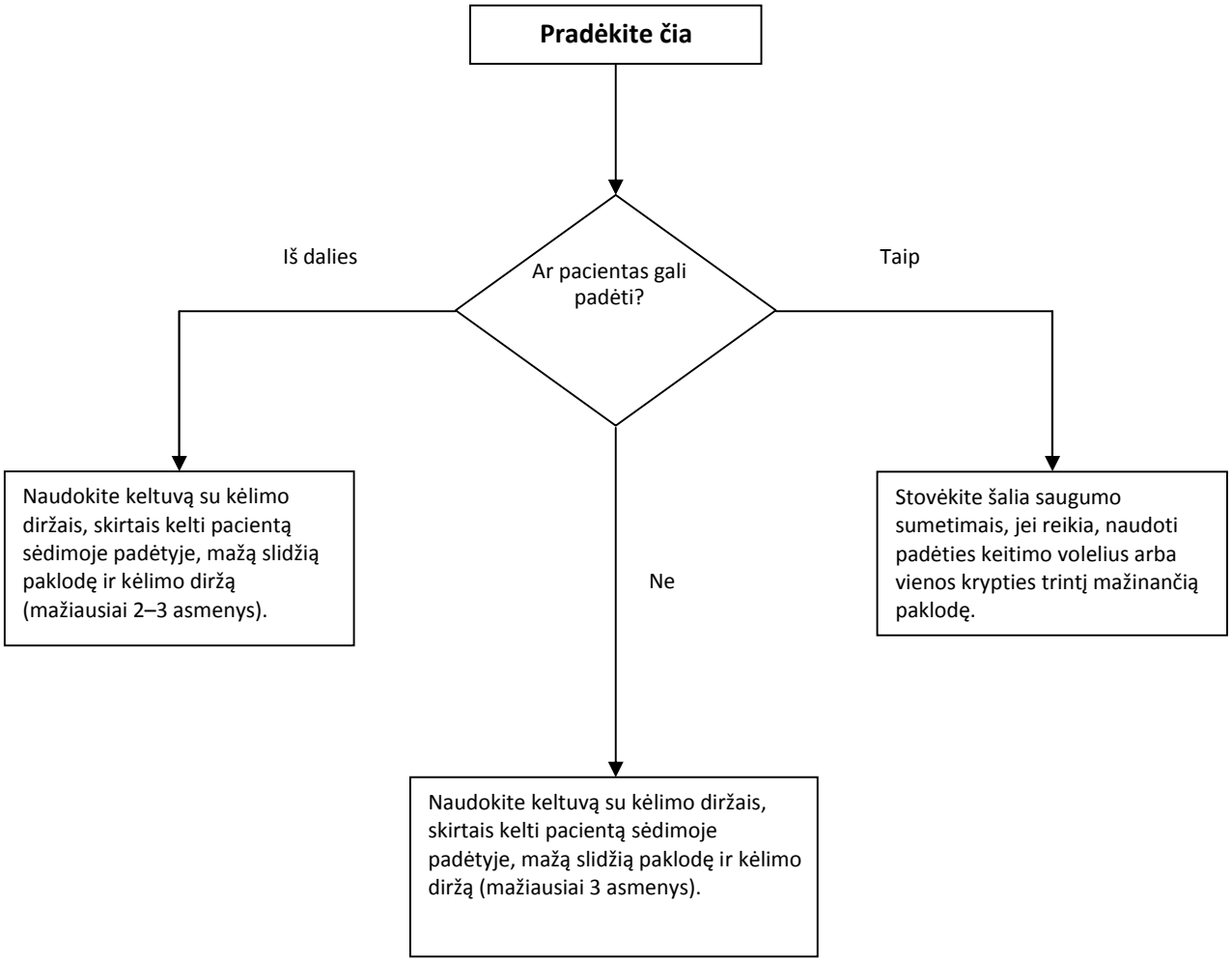
*** Pvz.: nuo lovos ant neštuvų, tyrimų stalo ir kt.**
**** Jei paciento svoris viršija standartinės įrangos svorio limitą, naudokite bariatrinius neštuvus ar vežimėlį. Transportuojant pacientą rekomenduojama daugiau nei 2 asmenys.**
Įsitikinkite, kad naudojama įranga atitinka svorio reikalavimus. Standartinė įranga paprastai būna pritaikyta svoriui iki 113–159 kg. Įstaiga turėtų priklijuoti lipdukus prie visų bariatrinių įrengimų su EC ženklu (skirti didesniam mastui) ir plotu, skirtu gamintojo nustatytam svorio pajėgumui, numatytam šiam konkrečiam įrangos modeliui.

3 bariatrinis algoritmas. Nutukusio paciento padėties keitimas* nuo šono (nugaros) ant šono, aukštyn lovoje**



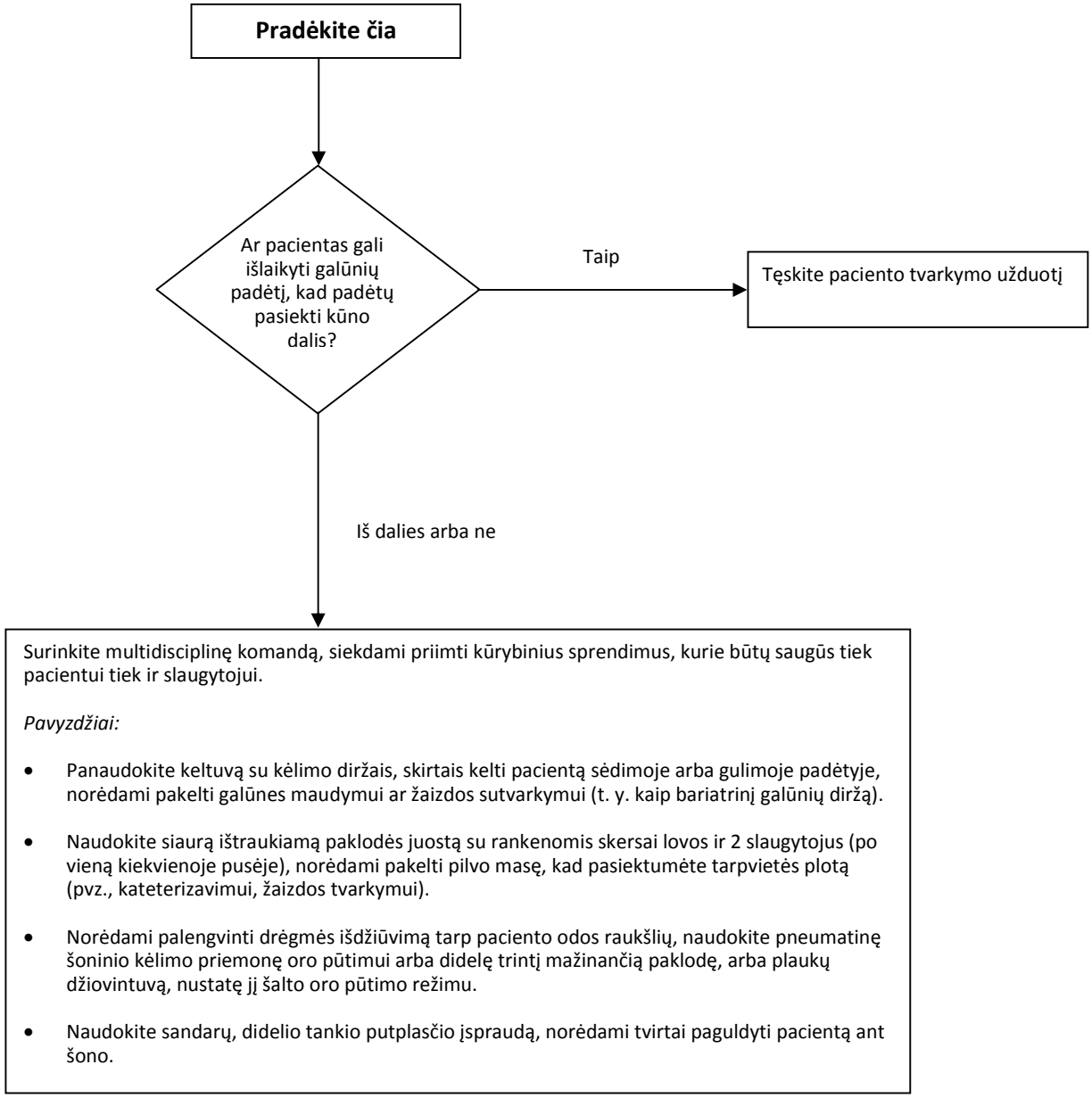
*** Jei įmanoma, sulenkite paciento kojas per kelius.**
**** Patikrinkite, kokiam svoriui skirtas keltuvas ar medicininės priemonės.**
Įsitikinkite, kad naudojama įranga atitinka svorio reikalavimus. Standartinė įranga paprastai būna pritaikyta svoriui iki 113–159 kg. Įstaiga turėtų priklijuoti lipdukus prie visų bariatrinių įrengimų su EC ženklu (skirti didesniam mastui) ir plotu, skirtu gamintojo nustatytam svorio pajėgumui, numatytam šiam konkrečiam įrangos modeliui.

4 bariatrinis algoritmas. Nutukusio paciento padėties keitimas kėdėje* ar neįgaliojo vežimėlyje**



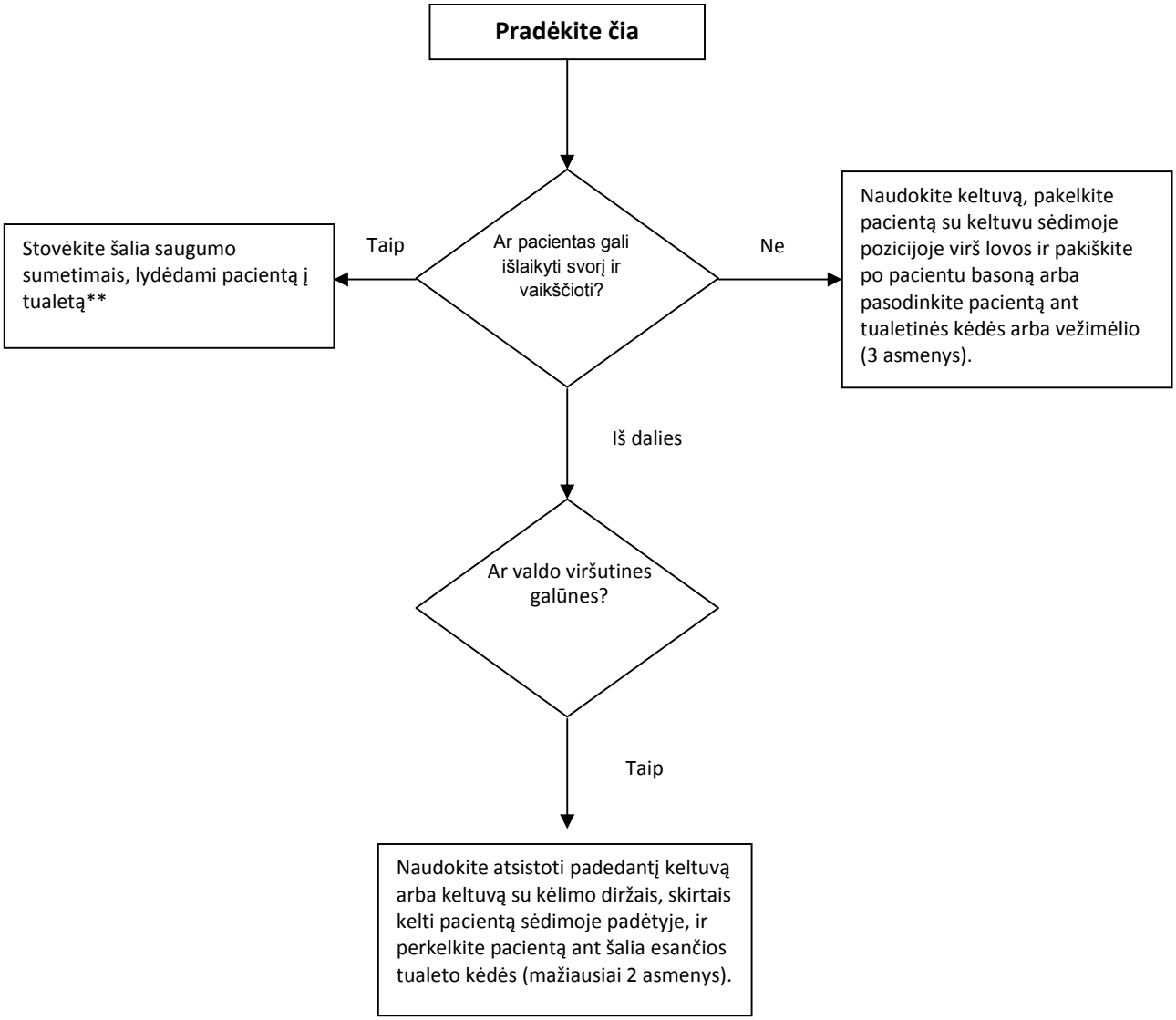
*** Pritraukite paciento nugarą prie kėdės ar sėdimo vežimėlio atlošo. Norėdami išlaikyti saugią paciento sėdėjimo poziciją naudokite fiksuojantį diržą juosmeniui.**
**** Prieš naudodami keltuvą ar medicinines priemones, patikrinkite, kokiam svoriui jos skirtos.**
Įsitikinkite, kad naudojama įranga atitinka svorio reikalavimus. Standartinė įranga paprastai būna pritaikyta svoriui iki 113–159 kg. Įstaiga turėtų priklijuoti lipdukus prie visų bariatrinių įrengimų su EC ženklu (skirti didesniam mastui) ir plotu, skirtu gamintojo nustatytam svorio pajėgumui, numatytam šiam konkrečiam įrangos modeliui.

5 bariatrinis algoritmas. Pacientų priežiūros užduotys, kurių metu reikia prieiti prie kūno dalių (galūnių, pilvo masės, sėdmenų ploto)



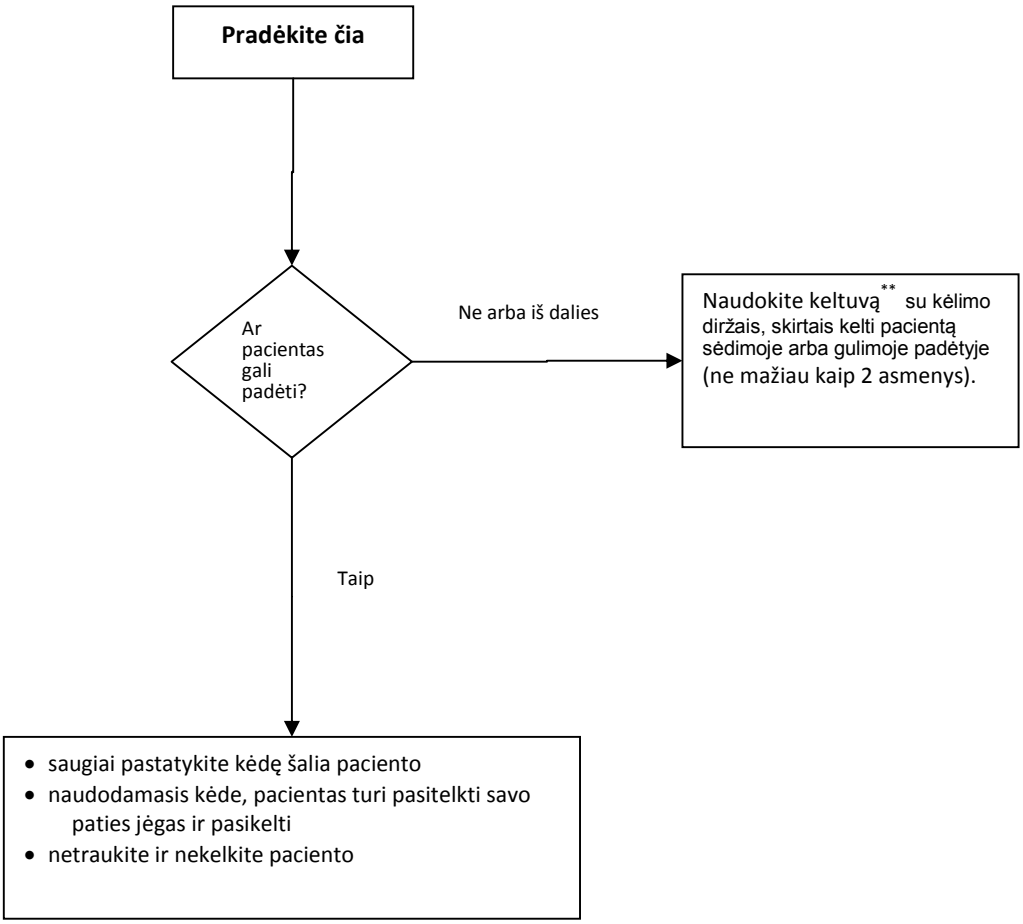
Įsitikinkite, kad naudojama įranga atitinka svorio reikalavimus. Standartinė įranga paprastai būna pritaikyta svoriui iki 113–159 kg. Įstaiga turėtų priklijuoti lipdukus prie visų bariatrinių įrengimų su EC ženklu (skirti didesniam mastui) ir plotu, skirtu gamintojo nustatytam svorio pajėgumui, numatytam šiam konkrečiam įrangos modeliui.

6 bariatrinis algoritmas. Nutukusio paciento tualeto reikmių užtikrinimas*



*** Patikrinkite, kokiam svoriui skirtas keltuvas ar medicininės priemonės.**
**** Patikrinkite, kokiam svoriui skirtas tualetas.**
Įsitikinkite, kad naudojama įranga atitinka svorio reikalavimus. Standartinė įranga paprastai būna pritaikyta svoriui iki 113–159 kg. Įstaiga turėtų priklijuoti lipdukus prie visų bariatrinių įrengimų su EC ženklu (skirti didesniam mastui) ir plotu, skirtu gamintojo nustatytam svorio pajėgumui, numatytam šiam konkrečiam įrangos modeliui.

7 bariatrinis algoritmas. Nutukusio paciento kėlimas nuo grindų*



*** Prieš naudodami keltuvą ar medicinines priemones, patikrinkite, kokiam svoriui jos skirtas.**
**** Jei nėra pakankamai asmenų, galinčių padėti kelti, palikite pacientą gulėti ant grindų.**

Įsitikinkite, kad naudojama įranga atitinka svorio reikalavimus. Standartinė įranga paprastai būna pritaikyta svoriui iki 113–159 kg. Įstaiga turėtų priklijuoti lipdukus prie visų bariatrinių įrengimų su EC ženklu (skirti didesniam mastui) ir plotu, skirtu gamintojo nustatytam svorio pajėgumui, numatytam šiam konkrečiam įrangos modeliui.

Literatūros sąrašas

Vaitkienė, G.; Gudelienė-Gudelevičienė, L. *Ergonominio ir saugaus pacientų perkėlimo rekomendacijos.* Vilnius, 2007.

Ruszala, S., Hall, J., Alexander, P. *Standarts in Manual Handling* (3rd edition). Towcester, 2010.

The Guide to The Handling of People: A Systems Approach (6th edition). Middlesex, 2011.

A Carer's Guide to Safer Moving and Handling of People (3rd edition). Middlesex, 2010.

Waters, T.R., Nelson, A., Hughes, N., Menzel, N. *Safe Patient Handling Training for Schools of Nursing.* 2009. [http://www.cdc.gov/niosh/docs/2009-127/]

Nelson, A.L., Motacki, K., Menzel, N.N. *The Illustrated Guide to Safe Patient Handling and Movement.* 2009.