

床上洗頭



一、目的

洗頭是為了維護病人的整齊清潔、刺激頭部血液循環、增進舒適並維持活著的尊嚴。此床上洗頭是針對不方便下床的病患所設計的衛教指導。

二、準備下列用物：

* 兩個水桶（分別裝溫水與髒水）

* 水瓢

* 大毛巾

* 毛巾

* 塑膠襯墊或洗頭墊

* 梳子

* 洗髮精（潤髮乳）

* 吹風機

三、洗髮步驟注意事項：

1. 裝水前先以手背測試水溫。
2. 備好洗頭墊或自製洗頭槽。
3. 大毛巾捲成長筒狀→放入塑膠襯墊底部→做成門字型以膠帶固定。
4. 協助他平躺，頭移至床沿（先墊一條大毛巾在下方，以利洗好後擦頭）→洗頭墊（槽）放在頭頸部，其下擺放在預裝髒水的水桶中。
5. 以洗髮精搓洗頭髮，再以清水沖洗，可重覆此步驟直到乾

淨為止，視需要決定是否須潤濕。注意水及泡沫勿跑到眼睛及耳朵。

6. 以乾毛巾包裹頭髮，移去用物，安排好舒適臥位後，再以大毛巾擦乾頭髮，也可以使用吹風機吹乾頭髮，之後再梳理整齊。

李綜合醫療社團法人附設苑裡居家護理所
聯絡人:姚玉梅 護理師、郭怡君 護理師
專線:(037)855656
辦公室:(037)862387 ext:1307
Cell phone:0975-359694