

## 病人床上翻身技巧-印尼語 Trik tempat tidur pasien

### 一、翻身的好處 manfaat balik badan

1. 時常協助病人翻身可以預防皮膚壓瘡之情形。
2. 保持肢體於正常功能位置。
3. 可以預防血栓性靜脈。
4. 可以觀察皮膚的情形。
5. 利於呼吸道分泌物的排出，而減少感染。

1. sering membantu pasien berdiri dapat mencegah luka tekanan situasi kulit.
2. Jaga tubuh dalam fungsi normal dari posisi.
3. Anda dapat mencegah tromboflebitis.
4. Anda dapat mengamati situasi dari kulit.
5. kondusif untuk pembuangan sekresi pernapasan, dan mengurangi infeksi.

### 二、翻身步驟：假如要翻向左側 langkah Berdiri : Jika Anda ingin berbelok ke kiri

1. 協助病人採仰臥平躺姿勢，  
並以枕頭支托頭部。

Membantu pasien berbaring terlentang postur diadopsi, dan untuk mendukung kepala perawatan bantal

2. 托扶頭，將枕頭移至對側。

Kepala rotary prop, akan dipindahkan ke sisi berlawanan dari bantal



3. 一手抱住病人頸肩部，一手抱在病人腰下將上半身移至靠近照顧者

Satu tangan menempel ke pasien bahu dan leher, pasien di pelukan pinggang tubuh bagian atas bergerak lebih dekat pengasuh



5. 將病人的對側手放於腹前，對側腳交叉在上。

Tangan kontralateral pasien ditempatkan pada perut sebelum silang kaki kontralateral.



4. 再將手置於臀及膝部移動下半身靠近照顧者。

將床欄拉起，以防病人跌落，且轉到病人對側。

Dan kemudian tangan diletakkan di dekat pinggul dan lutut bergerak pengasuh tubuh bagian bawah. Tarik tidur rel untuk mencegah jatuh pasien, dan pergi ke sisi berlawanan dari pasien



6. 將手置於病人臀部及肩部，將病人翻向照顧者。

Tangan ditempatkan kepala pasien dan bahu, pasien beralih ke pengasuh



7. 將枕頭置於頭頸部。
8. 使病人膝及髖關節彎曲，上腿較下腿彎曲，膝間置一枕頭。
9. 於胸前置一枕頭以支托手臂。
10. 於背部置一翻身枕，以維持側臥姿勢。
7. menempatkan kepala bantal dan leher.
8. Sebuah lutut dan pinggul lentur pasien, di kaki ditekuk tungkai bawah, mengatur bantal di antara lutut.
9. Set bantal di dadanya untuk mendukung lengan perawatan.
10. Set berdiri di belakang bantal, untuk mempertahankan posisi lateral.



側躺在健側  
Berbaringlah di kontralateral




側躺在患側  
Berbaringlah pada sisi yang terkena

#### 參考資料

Minor M. A. D. & Minor S. D (2014). Turning and positioning. In Patient care skills 7th ed. (pp. 162-163, pp169-170). Upper Saddle River, NJ: Pearson education Inc.

若您想對以上的內容進一步了解，請洽諮詢電話：05-2756000 轉 70 病房分機 7001、7002  
Jika Anda ingin tahu lebih banyak tentang isi dari atas, silahkan hubungi Telp 05-2756000 lalu tekan kamar 70 ext 7001,7002

 天主教中華聖母修女會醫療財團法人天主教聖馬爾定醫院 關心您  
2018年05月修訂