

Seri Perawatan Lansia
Kebersihan Diri

Film ini diproduksi bersama oleh Departemen Kesehatan dan Departemen Kesejahteraan Sosial sebagai bahan referensi untuk Skema Pelatihan Asisten Rumah Tangga Asing dalam Perawatan Lansia.

Hak cipta konten film ini adalah milik

Departemen Kesehatan dan Departemen Kesejahteraan Sosial.

Film ini diproduksi hanya untuk penggunaan nonkomersial.

Ini tidak boleh disewakan, dijual, atau digunakan untuk tujuan mencari keuntungan.

Bu Chan dan Annie melakukan olahraga dasar di rumah

Rasanya enak sedikit berkeringat!

Saya merasa lebih energik sekarang

tapi saya berkeringat

Biar saya mandi dulu

Baiklah

Bapak membelikan Ibu kursi mandi

Saya sudah meletakkannya di kamar mandi

Putra saya sangat bijak

Ya

Saat kita pindah ke sini, Bapak mengingatkan saya pentingnya menjaga lingkungan kamar mandi yang aman

Saat mandi atau menggunakan kamar mandi, pastikan kamar mandi berventilasi baik
pastikan cukup penerangan di kamar mandi

Jaga lantai tetap kering

Duduklah di kursi pancuran saat mandi

agar tidak jatuh

pegangan juga dipasang

agar Ibu bisa bangun setelah mandi

Ingat tidak menggunakan rak handuk sebagai pegangan

Putra saya sangat bijak

Saya akan mandi air panas dulu

Ingat, suhu air optimal adalah antara 37°C hingga 41°C saat mandi

Jika terlalu panas, Ibu bisa melepuh

Ingat, duduk saat melepas dan mengenakan celana panjang

Ibu mudah jatuh jika kehilangan keseimbangan

Baiklah. Saya mengerti

Bu, Bu Cheung di sini

Oke

Bu Cheung mengunjungi Bu Chan di rumah. Mereka minum teh Bersama

Bu Cheung, ini dia

Halo

Mari kita minum teh
Bu Chan, bagaimana Ibu beradaptasi dengan lingkungan baru di sini?
Lumayan bagus. Cukup nyaman di sini
Bagaimana Pak Cheung?
Dia baru-baru ini didiagnosis demensia
dan mulai mengembangkan inkontinensia
Saya tidak tahu cara merawatnya
Annie
kamu telah bergabung dengan Skema Pelatihan Asisten Rumah Tangga Asing dalam
Perawatan Lansia bersama Mary sebelumnya
Adakah hal yang berguna untuk membantu Pak Cheung?
Ya
instruktur mengajari kami cara membantu lansia dengan demensia menggunakan toilet

Lansia dengan demensia mengalami kesulitan berkomunikasi dengan orang lain dan
menjaga diri sendiri
mereka mungkin menghadapi banyak masalah sehari-hari
Misalnya: menggunakan toilet

Layar menunjukkan Pak Cheung tidak dapat menemukan toilet. Semua pintunya terlihat
mirip

Mereka mungkin tidak bisa menemukan kamar mandi
Mereka mungkin tidak menyadari kebutuhan toiletnya
Mereka mungkin tidak bisa menahan kandung kemih yang menyebabkan inkontinensia
Mereka mungkin ingin buang air kecil, tetapi tidak tahu cara meresponsnya
Mereka mungkin lupa langkah-langkah menggunakan toilet

Layar menunjukkan Pak Cheung menolak untuk dibantu oleh istrinya

mereka mungkin juga menolak bantuan orang lain karena malu
Pertama, kita harus memahami kemampuan mereka saat ini
Beri mereka bimbingan jika perlu
Biarkan mereka melakukan hal yang masih bisa diatasi
Perhatikan pola toilet mereka
Prediksikan kebutuhan toilet mereka
dan bantu mereka mengembangkan jadwal toilet yang teratur

Layar menunjukkan Pak Cheung telah selesai makan pagi. Mary meminta Pak Cheung untuk
ke toilet dengan membawa gulungan tissue.

Misalnya, ingatkan mereka menggunakan toilet setelah sarapan
atau ke toilet secara teratur setiap dua jam
Kita juga bisa menggunakan lebih banyak isyarat lingkungan
seperti memasang papan nama toilet
dan menghilangkan hal-hal yang akan menyebabkan kebingungan di sepanjang jalan
seperti ember air dan pot bunga

gunakan mangkuk toilet berwarna cerah
untuk menunjukkan posisi toilet dengan jelas
Untuk pakaian, disarankan memilih pakaian simpel dan mudah dikenakan
seperti celana panjang dan karet pinggang elastis
Gunakan velcro alih-alih kancing
hindari pakaian dengan ritsleting dan ikat pinggang
Kita juga bisa mendorong lansia mengungkapkan kebutuhan toiletnya dalam kalimat pendek
atau kata-kata simpel

Layar menunjukkan Pak Cheung mengotori celananya. Mary membantunya dengan sabra

Kita harus tetap tenang dan sabar membantu mereka
Beri mereka waktu cukup
Jangan terburu-buru
dan hormati privasi mereka
Sekalipun pakaian mereka kotor akibat inkontinensia
Jangan menyalahkan atau menghina mereka
hindari menyakiti martabat mereka
atau meningkatkan stres mereka untuk buang air

Jika pengasuh mencurigai bahwa kondisi fisik tertentu menyebabkan inkontinensia lansia
mereka harus berkonsultasi dengan dokter secepatnya
Ada video lain tentang perawatan lansia di situs web Departemen Kesehatan dan
Departemen Kesejahteraan Sosial
Bu Cheung, Ibu dan Mary juga dapat membaca pamflet brosur
atau menonton video daring jika ada waktu
Terima kasih, Annie

Penolakan

Keterampilan kebersihan diri yang ditunjukkan dalam
film ini berfungsi sebagai referensi umum dan untuk tujuan pendidikan.
Ini mungkin tidak berlaku bagi semua lansia dalam segala situasi.
Silakan berkonsultasi dengan profesional perawatan kesehatan
jika ada keraguan penerapan keterampilan pada situasi tertentu.

Departemen Kesehatan
Situs Layanan Kesehatan Lansia
www.elderly.gov.hk

Departemen Kesejahteraan Sosial
Skema Pelatihan Asisten Rumah Tangga Asing
dalam Perawatan Lansia
www.swd.gov.hk/en/index/site_pubsvc/page_elderly/sub_psfdh/