

BỆNH VIỆN ĐA KHOA TỈNH LÀO CAI



QUY TRÌNH KỸ THUẬT HƯỚNG DẪN NGƯỜI BỆNH LIỆT HAI CHÂN RA VÀO XE LĂN QTKT.PHCN.06

	Người viết	Người kiểm tra	Người phê duyệt
Họ và tên	Ths. Lý Hải Yến	BSCKI. Hoàng Anh Quý	BSCKII. Phạm Văn Thịnh
Ký			

QUY TRÌNH KỸ THUẬT HƯỚNG DẪN NGƯỜI BỆNH LIỆT HAI CHÂN RA VÀO XE LĂN

1. ĐẠI CƯƠNG

Xe lăn là phương tiện để nâng đỡ cơ thể và giúp cho người bệnh di chuyển được dễ dàng. Qua đó, giảm thiểu hậu quả của việc bất động hay nằm lâu và tạo điều kiện cho người bệnh phần khởi trở lại các sinh hoạt hằng ngày, giúp đỡ họ có cơ hội bình đẳng, tái hội nhập tham gia vào các hoạt động trong gia đình, xã hội.

2. CHỈ ĐỊNH

- Dùng trong trường hợp người bệnh liệt hai chân không thể đi lại được

3. CHỐNG CHỈ ĐỊNH

- Tư thế bị biến dạng (vẹo cột sống hay gù lưng).

- Sự đè ép đĩa đệm và rễ thần kinh gây đau lưng và đau dây thần kinh tọa.

4. THẬN TRỌNG

- Bệnh nhân loét độ 3, 4 ở vùng mông.

5. CHUẨN BỊ

5.1. Người thực hiện quy trình kỹ thuật: Bác sỹ hoặc điều dưỡng hoặc kỹ thuật viên được đào tạo phục hồi chức năng

5.2. Thuốc:

5.3. Vật tư: Dung dịch rửa tay, khẩu trang, găng tay

5.4. Trang thiết bị: xe lăn tay, tấm ván lướt, đai thắt lưng an toàn, thanh song song.

5.5. Người bệnh: phải hợp tác và được giải thích rõ mục đích tập luyện.

5.6. Hồ sơ bệnh án

- Lượng giá tổng quát và khả năng tập của người bệnh.

- Có chỉ định tập sử dụng và di chuyển bằng xe lăn.

5.7. Thời gian thực hiện kỹ thuật: từ 20-30 phút

5.8. Địa điểm thực hiện kỹ thuật: phòng tập vận động, phòng vật lý trị liệu hoặc phòng bệnh nhân

5.9. Kiểm tra hồ sơ:

a, Kiểm tra bệnh nhân

b, Thực hiện bảng kiểm an toàn phẫu thuật, thủ thuật

c, Đặt tư thế bệnh nhân

6. CÁC BƯỚC TIẾN HÀNH

6.1 Di chuyển từ giường sang xe lăn và ngược lại

6.1.1 Xe lăn đặt thẳng góc với giường: Phương pháp này thông dụng cho người

bệnh liệt mềm 2 chi dưới :

- Từ giường qua xe lăn:

+ Kỹ thuật viên đẩy chỗ tựa chân sang một bên, đẩy xe sát và thẳng góc với giường; khóa xe.

+ Người bệnh ngồi thẳng.

+ Xoay người bằng cách chống hai tay nhắc người lên cho đến khi mặt hướng vào tường.

+ Chống hai tay lùi dần về phía xe.

+ Hai tay lần lượt nắm nắm lấy chỗ để tay rồi nhắc mình vào xe.

+ Mở khóa, đẩy xe khỏi giường (gót còn trên giường).

+ Khóa xe lại, người bệnh dùng 2 tay nhắc từng chân xuống chỗ tựa chân.

+ Mở khóa xe và đẩy đi.

- Từ xe lăn sang giường: làm ngược lại.

- Chú ý: Kỹ thuật viên giữ xe lăn khi người bệnh sang xe lăn và sẵn sàng giúp đỡ người bệnh.

6.1.2. Xe lăn đặt chéo góc với giường: Phương pháp này thông dụng khi người bệnh có 2 cánh tay mạnh và 2 chỗ để tay gắn chặt vào lò xo.

- Từ giường qua xe lăn:

+ Kỹ thuật viên đặt xe nghiêng 1 góc 45^o với giường, khóa xe, đẩy chỗ tựa chân qua một bên.

+ Người bệnh ngồi dậy bỏ 2 chân qua giường.

+ Một tay nắm lấy chỗ để tay phía xa của xe.

+ Tay kia chống xuống giường ở sau hông.

+ Nhắc người lên và đưa người qua xe lăn.

+ Đặt chân lên chỗ để chân.

+ Mở khóa xe để đi.

- Từ xe lăn sang giường: Làm ngược lại

6.1.3. Từ giường sang xe lăn qua trung gian ghế: Phương pháp này dùng cho những người bệnh có hai tay yếu không thể nhắc người lên bằng cách chống 2 tay được. Hay những người bệnh mất thăng bằng do co cứng hai chi dưới.

- Từ giường qua ghế sang xe lăn:

+ Kỹ thuật viên đặt ghế song song và sát giường và đặt xe lăn thẳng góc với ghế.

+ Người bệnh ngồi dậy, 2 chân thông xuống giường.

+ Người bệnh đặt 1 tay lên chỗ ngồi của ghế và 1 tay chống xuống giường và

nhấc qua ghế.

- + Tiếp tục đặt 1 tay lên ghế để tay phía xa của xe và 1 tay lên chỗ ngồi của ghế.
- + Chống 2 tay nhấc người lướt qua xe.
- + Mở khóa di chuyển xe ra khỏi ghế.
- + Khóa xe, đặt chân lên chỗ để chân - mở khóa di chuyển.

6.1.4. Từ giường qua xe lăn dùng miếng ván bắc ngang: Phương pháp này dùng cho những người bệnh không thể nhấc người lên từ giường qua xe bằng các phương pháp trên.

- Từ giường sang xe lăn:

+ Kỹ thuật viên đặt xe nghiêng góc 45o với giường, khóa xe lại, đẩy chỗ tựa chân qua một bên.

- + Người bệnh ngồi thẳng, mặt hướng về phía chân giường.
- + Kỹ thuật viên đặt một đầu tấm ván dưới mông người bệnh.
- + Người bệnh lướt người qua xe lăn, bỏ thông 2 chân xuống giường.
- + Một tay người bệnh đặt lên chỗ để tay phía xa của xe, tay còn lại chống trên tấm ván.
- + Nhấc mình lướt vào xe lăn.
- + Sau đó, người bệnh hơi nghiêng mình để kỹ thuật viên lấy tấm ván ra.

- Từ xe lăn sang giường: Làm ngược lại.

- Chỗ để tay lấy ra được: giống như trường hợp trên (chỗ để tay không lấy ra được) nhưng kỹ

thuật viên sẽ đặt xe song song với giường.

6.2. Di chuyển từ xe lăn sang ghế và ngược lại

- Từ xe lăn sang ghế:

- + Ghế được đặt an toàn và thẳng góc với xe lăn.
- + Người bệnh khóa xe, đặt 2 chân ra khỏi chỗ tựa chân và nhấc người ra ngoài xe.
- + Một tay của người bệnh chống lên chỗ ngồi của ghế, 1 tay chống lên chỗ để tay của xe.
- + Chống 2 tay, nhấc người lên và xoay vào ngồi lên ghế.
- + Mở khóa xe, đẩy xe ra khỏi ghế.

- Từ ghế sang xe lăn: làm ngược lại.

- Chú ý: Nếu chỗ để tay có thể lấy ra được, người bệnh lướt người qua ghế (ghế đặt song song

với xe).

6.3. Di chuyển từ xe lăn xuống sàn nhà, đệm

6.3.1. Dùng 3 - 6 bực thấp

- Từ xe xuống sàn:

+ Đặt bực phía trước xe từ cao đến thấp. Khóa xe, chống 2 tay chống thân người xuống từng bực cho đến khi xuống sàn.

+ Kỹ thuật viên giúp nâng đỡ 2 chân hoặc người bệnh có thể tự dùng 2 tay nhắc từng chân xuống.

- Từ sàn nhà, đệm lên xe lăn: Lưng người bệnh hướng về phía xe và chống 2 tay nhắc người lên từng bực.

6.3.2. Xuống trực tiếp với sàn hoặc dùng 1 tảng chống tay (push up): dùng cho những người bệnh có 2 tay mạnh.

- Người bệnh đặt 1 tay lên chỗ để tay của xe.

- Tay kia chống xuống sàn hay trên 1 tảng chống tay chống chịu sức mạnh thân thể lên tay này.

- Người bệnh gập nhẹ 2 gối từ từ ngồi xuống sàn.

- Người bệnh có thể chống tay lên chỗ ngồi của xe thay cho chỗ để tay :

- Nắm lấy hai thanh chỗ tựa chân:

+ Người bệnh xích người ra phía trước chỗ ngồi xe.

+ Hai tay chống trên hai thanh chỗ tựa chân

+ Đẩy thân người xuống sàn, 2 đầu gối gập lại.

+ Dùng hai tay nhắc từng chân duỗi ra.

- Dùng ghế nhỏ cao bằng 1/2 xe lăn:

+ Dùng 2 tay chống lên chỗ để tay nhắc người xuống ghế nhỏ.

+ Dùng tay duỗi từng chân ra.

+ Chống 2 tay lên ghế, nhắc thân mình xuống sàn.

+ Dùng tay duỗi 2 chân ra.

- Chú ý: luôn nhớ khóa xe chắc, kỹ thuật viên giữ ở lưng xe không để xe bị lật úp.

6.4. Trường hợp giường cao hơn xe

6.4.1. Di chuyển từ xe qua giường

- Người bệnh có 2 tay khỏe mạnh:

+ Người bệnh chống 1 tay lên giường, 1 tay lên chỗ để tay phía xa của xe (xe đã khóa và đặt song song với giường).

+ Nhắc người lên cao khỏi xe, đặt mông lên giường.

+ Nhích người vào phía trong, dùng 2 tay nhắc từng chân lên giường, kỹ thuật viên có thể giúp nâng phụ chân người bệnh.

- Người bệnh có 2 tay yếu: (Kỹ thuật viên phải khỏe)
 - + Kỹ thuật viên đứng lên 1 ghế nhỏ (đặt sau lưng xe) hoặc quỳ một chân lên giường, một chân để lên chỗ ngồi xe.
 - + Một kỹ thuật viên khác hay thân nhân giúp nâng phụ hai chân người bệnh.
 - + Kỹ thuật viên vòng hai tay qua nách người bệnh (người bệnh khoanh tay) nhắc người bệnh lên khỏi xe cùng lúc với người phụ giúp chân người bệnh lên khỏi xe.

6.4.2 Di chuyển từ giường qua xe: làm ngược lại.

6.5. Từ xe lăn đứng lên trong thanh song song

- Đứng lên trong thanh song song:
 - + Đẩy xe lăn lại gần xà kép, khóa xe. Đẩy hai chỗ tựa chân qua một bên.
 - + Đặt 2 chân duỗi thẳng (có nẹp), gót đặt sát sàn nhà.
 - + Hai tay người bệnh với phía trước đặt lên thanh song song.
 - + Chịu sức nặng lên hai tay, nâng người lên bằng cách kéo hai thanh song song, kỹ thuật viên có thể giúp bằng cách nâng đai thắt lưng và một chân kỹ thuật viên tấn 2 bàn chân người bệnh không cho trượt tới trước.
 - + Đứng sửa tư thế cho vững (vai ra sau, chân nghiêng ra trước).
- Ngồi xuống xe lăn:
 - + Cho từng tay đặt lên chỗ để tay của xe.
 - + Chịu sức nặng lên 2 tay từ từ ngồi xuống.
- Phương pháp này phòng ngừa người bệnh bị ngã ra sau (xe lăn có thể bị lấy đi mà người bệnh không biết)

7. THEO DÕI

- Dùng dây thắt lưng an toàn giúp cho người bệnh khỏi ngã về phía trước trong trường hợp cơ duỗi lưng bị yếu.

8. TAI BIẾN VÀ XỬ TRÍ

- Xe lăn bị trượt vì người bệnh không dùng phanh hay phanh bị hư.
- Xe lăn bị chổng là tai nạn thường xảy ra khi người bệnh ngồi vào xe lăn hay ra khỏi xe lăn do người bệnh bước chân lên miếng tựa chân: cần phải xoay miếng tựa chân qua một bên khi người bệnh bước vào hay rời khỏi xe lăn, người giữ chỗ phía sau lưng xe.
- Đau cơ: Thuốc giảm đau, nghỉ ngơi, các biện pháp vật lý trị liệu.
- Tập quá sức: Nghỉ ngơi.
- Đề phòng: Trước khi tiến hành kỹ thuật cần kiểm tra lại để đảm bảo đúng chỉ định-chống chỉ định, đảm bảo sức khỏe của bệnh nhân, đảm bảo đúng các bước kỹ thuật, đảm bảo chất lượng phương tiện

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- *Quyết định số 54/QĐ-BYT ngày 06/01/2014 của Bộ trưởng Bộ Y tế ban hành tài liệu Hướng dẫn Quy trình kỹ thuật chuyên ngành Phục hồi chức năng.*
- *Giáo trình Phục hồi chức năng, Đại học y Hà nội, Bộ môn Phục hồi chức năng, Nhà xuất bản y học năm 2020*
- *Giáo trình Vật lý trị liệu và phục hồi chức năng, Nhà xuất bản quân đội nhân dân năm 2006*