

تسلط بر آزمون صلاحیت بالینی (آسکی)

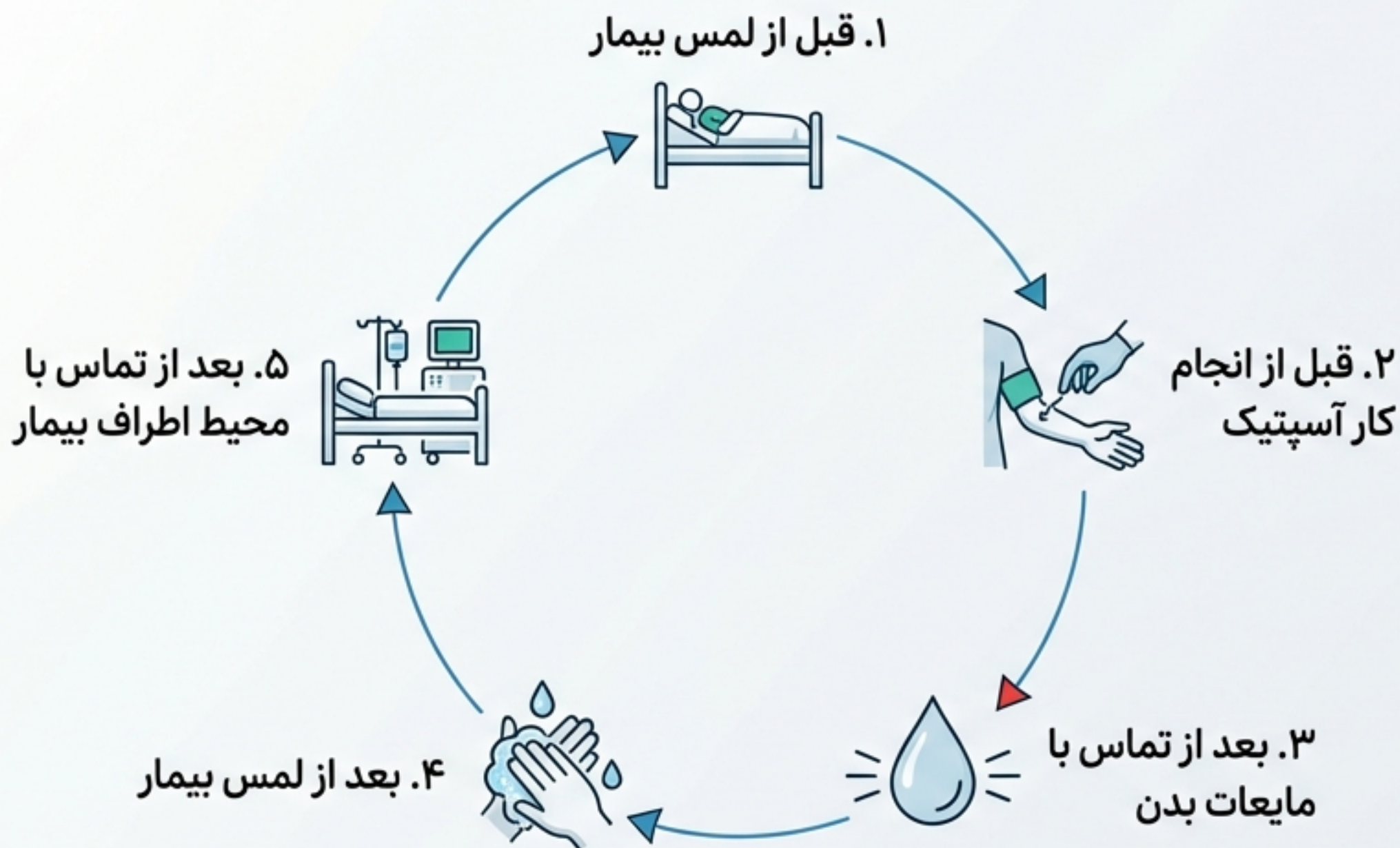
راهنمای استراتژیک ۲۵ پروسیجر کلیدی
و فرآیند پرستاری

تحلیل گام به گام برای دانشجویان پرستاری و مامایی

قانون طلایی: کنترل عفونت و حفاظت فردی

قبل از هر اقدامی، زنجیره عفونت را قطع کنید.

Timar



بهداشت دست (Hand Hygiene):
رعایت ۵ موقعیت الزامی



هندراب (Hand Rub):
۲۰ تا ۳۰ ثانیه مالش تمام سطوح

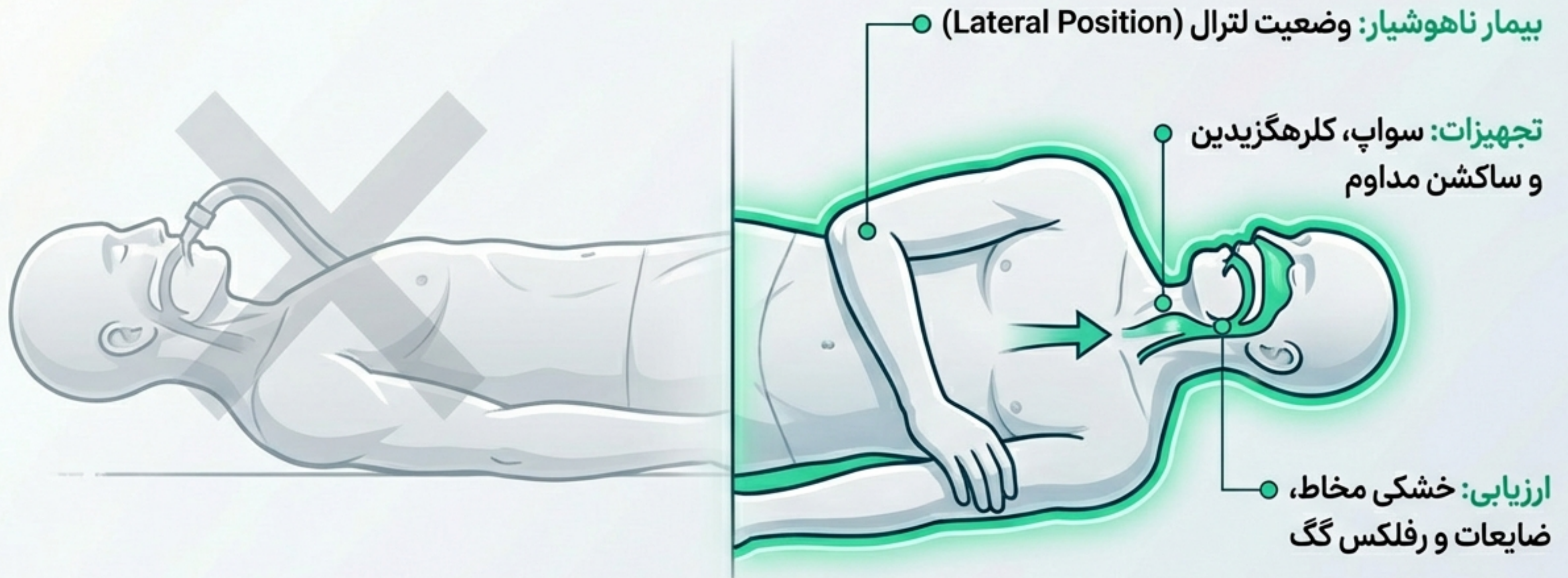


PPE: پوشیدن صحیح ماسک و
گان به روش استریل

مراقبت دهان و پیشگیری از VAP

Timar

پنومونی ناشی از ونتیلاتور (VAP) حدود **۲۸.۱۲٪** از عفونت‌های بیمارستانی را تشکیل می‌دهد.



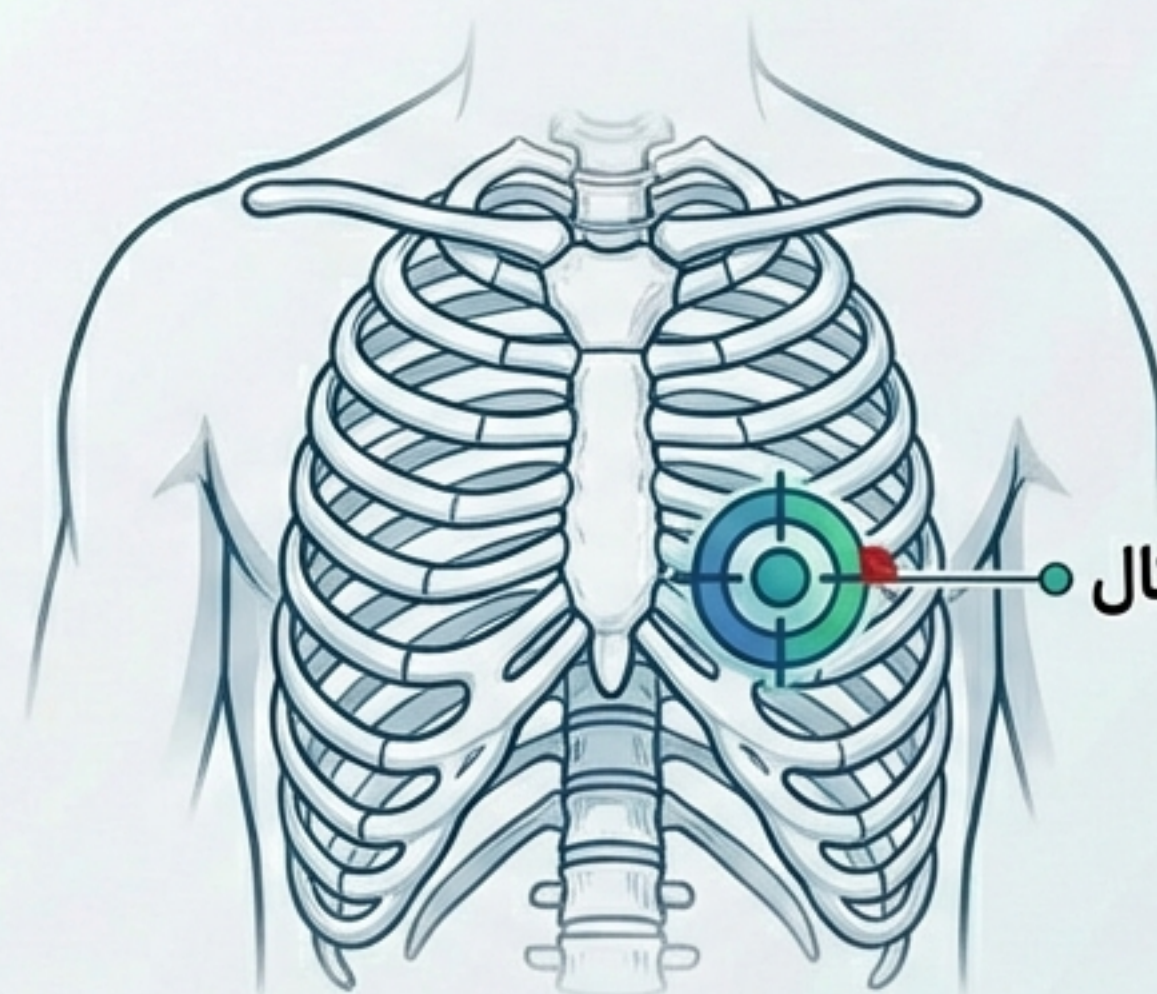
مثلث همودینامیک: دما و نبض

Timar



۴ موضع اصلی:

- دهانی
- زیربغلی (Axillary)
- مقعدی (Rectal - وضعیت سیمز)
- گوشی (Tympanic)



نبض اپیکال
(Apex)

- فضای بین دنده‌ای پنجم (خط MCL)
- ضروری برای مصرف‌کنندگان دیگ‌وکسین
- نبض رادیال: شمارش ۳۰ ثانیه (ضرب در ۲). در صورت نامنظمی: ۱ دقیقه کامل.

مثلث همودینامیک: فشار خون و تنفس

دقت اندازه‌گیری تنها ملاک قبولی است.

نادرست



صحیح



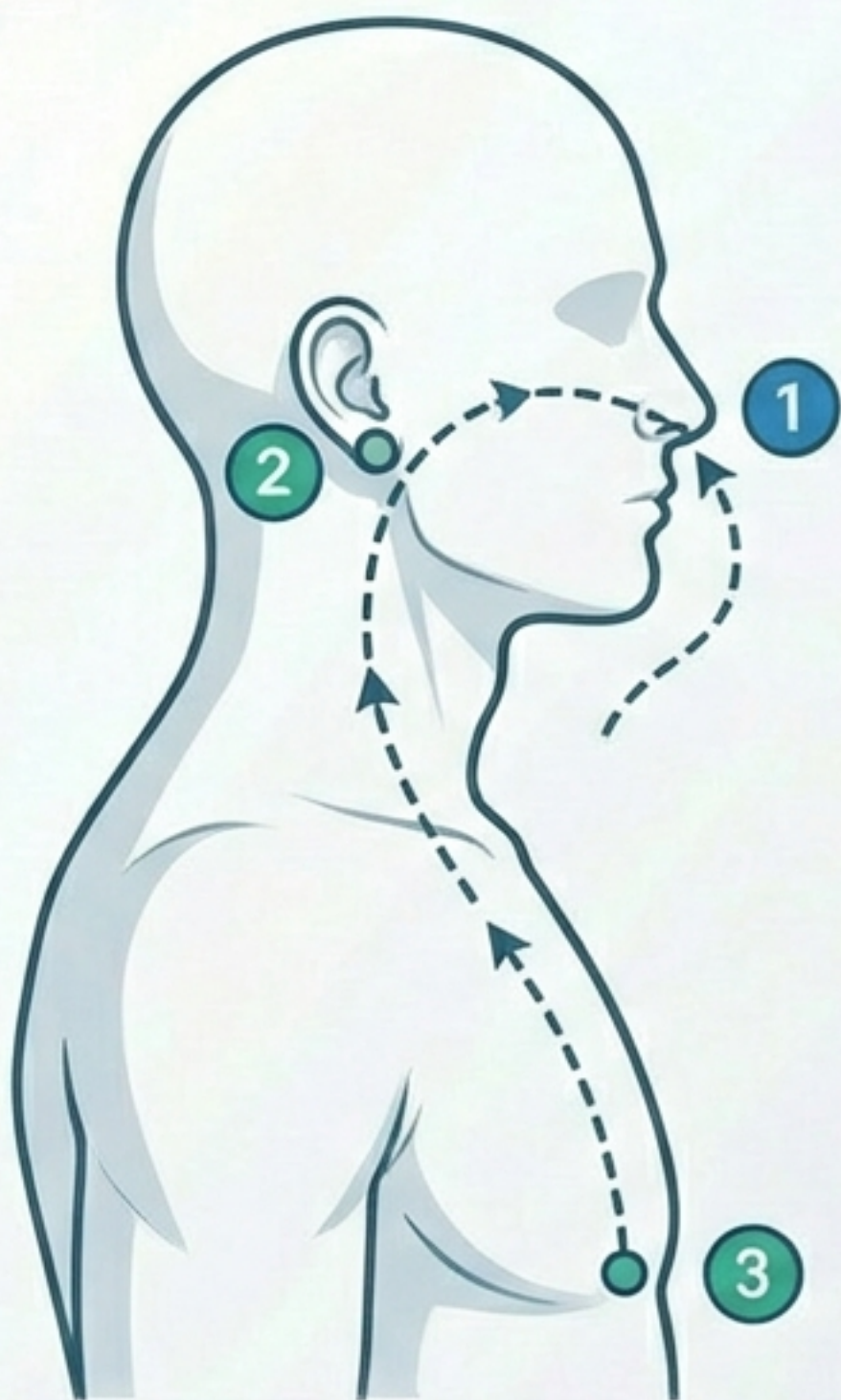
فشار خون (BP):

- سایز کاف: پهناي کاف باید ۴۰٪ دور بازو باشد
- تکنیک: تخلیه باد با سرعت ۲-۳ میلی‌متر جیوه/ثانیه
- صداها: فاز ۱ (سیستول) و فاز ۵ (دیاستول) کوروتکوف

تنفس (Respiration):

- شمارش نامحسوس تنفس (RR) همزمان با لمس نبض مچ دست

لوله‌گذاری بینی-معدی (NGT)



متد NEX (نوک بینی → لاله گوش → زائده گزوفوئید)

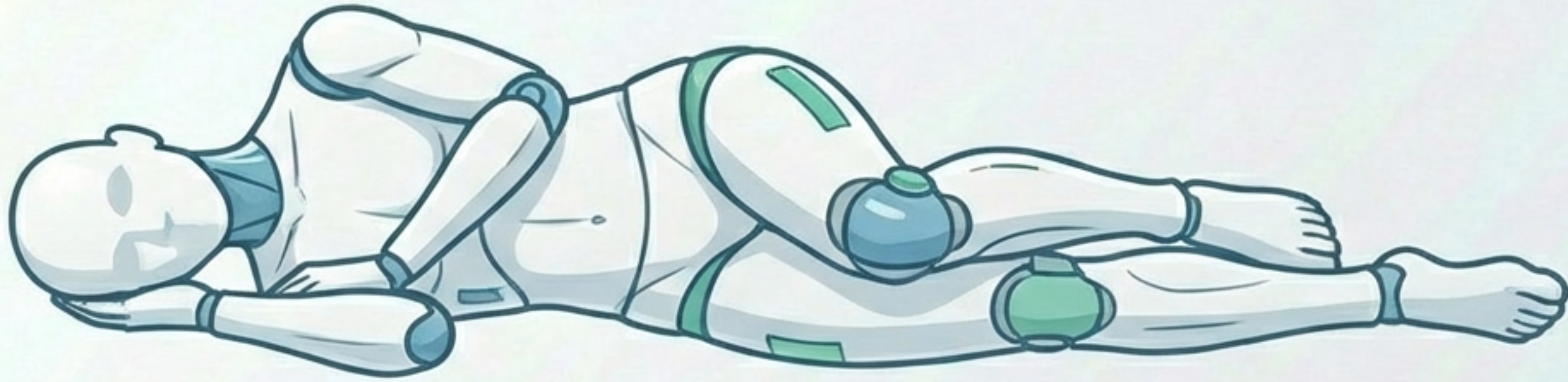
- پوزیشن: های فاولر (High-Fowler - ۹۰ درجه)

- تکنیک: هماهنگی با عمل بلع بیمار

- تایید محل: چک کردن pH یا شنیدن صدای 'ووش' در اپی‌گاستر

مدیریت گوارشی: گواژ، لاواژ، انما

Timar



گواژ (Gavage)

- تغذیه ثقلی (Gravity)
- چک کردن باقی مانده معده (Residual)

لاواژ (Lavage)

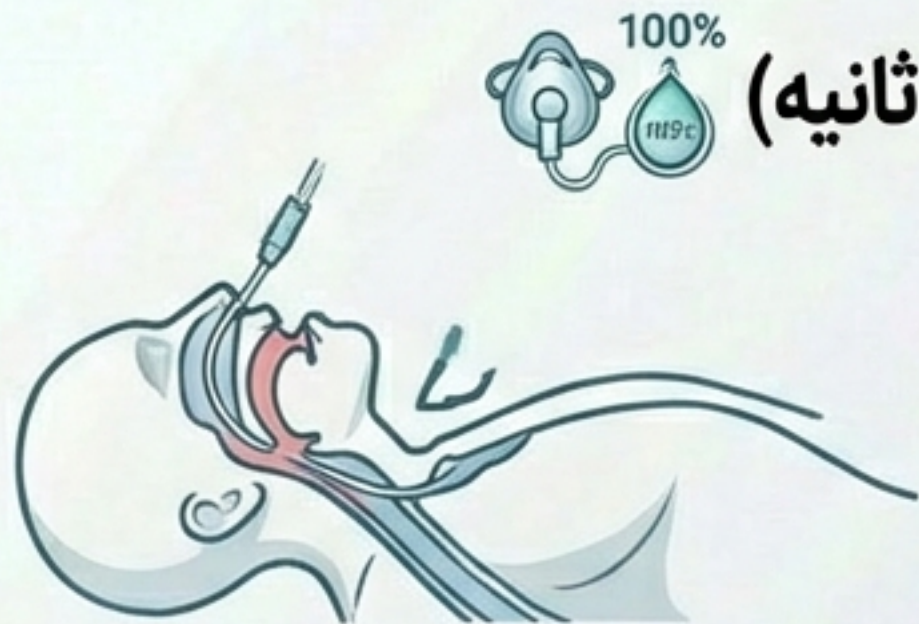
- شستشو تا زمان شفاف شدن مایع برگشتی

انما (Enema)

- وضعیت: سیمز چپ (Left Sims)
- نگهداری محلول: ۵ تا ۱۰ دقیقه

ساکشن و راه هوایی

Timar



۱ پیش اکسیژناسیون: هایپرونتیله کردن با اکسیژن ۱۰۰٪ (۳۰-۶۰ ثانیه)

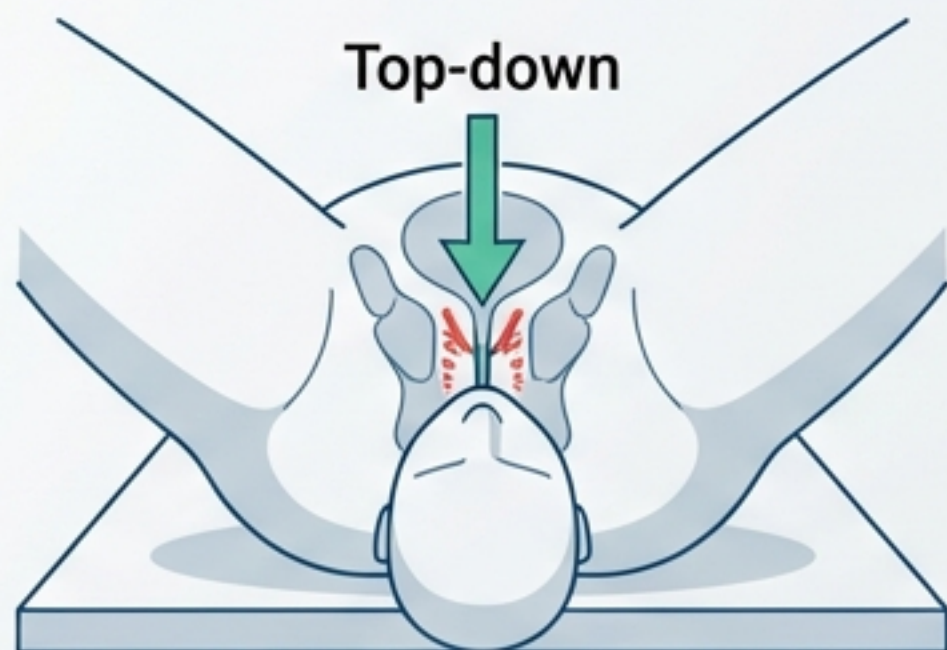
۲ تکنیک ساکشن: ورود کاتتر بدون مکش

۳ خروج: با حرکات چرخشی (Rotational)

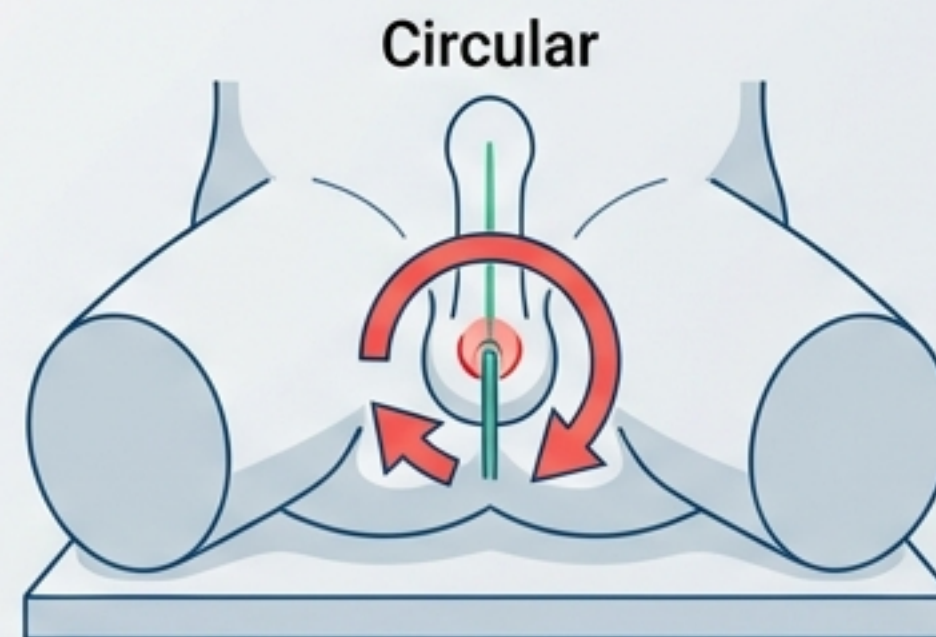
۴ زمان: حداکثر ۱۰ تا ۱۵ ثانیه مکش

سونداژ مثانه (Foley Catheterization)

عفونت‌های ادراری ۲۶.۶٪ از عفونت‌های بیمارستانی را تشکیل می‌دهند.



Dorsal Recumbent
وضعیت دورسال ریکامبنت



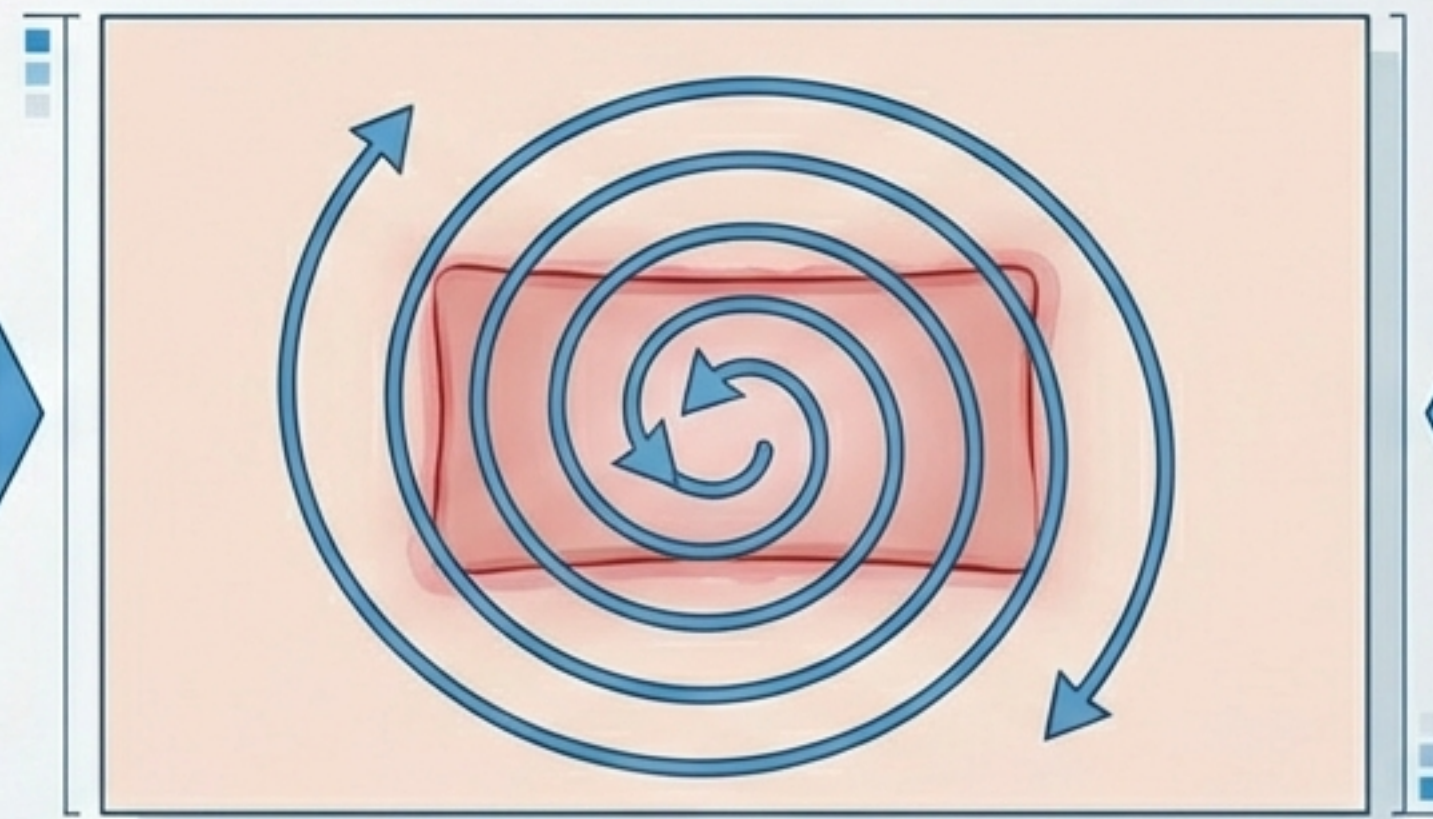
Supine
وضعیت خوابیده به پشت

- تکنیک: استریل مطلق (Aseptic Technique)
- تست: بررسی سلامت بالون با آب مقطر
- تثبیت: فیکس کردن بالون و کیسه پایین‌تر از سطح مثانه

پانسمان جراحی و زخم

پیشگیری از عفونت محل جراحی (SSI) - شیوع ۲۱.۸۵٪

برداشتن پانسمان قدیمی:
با دستکش تمیز

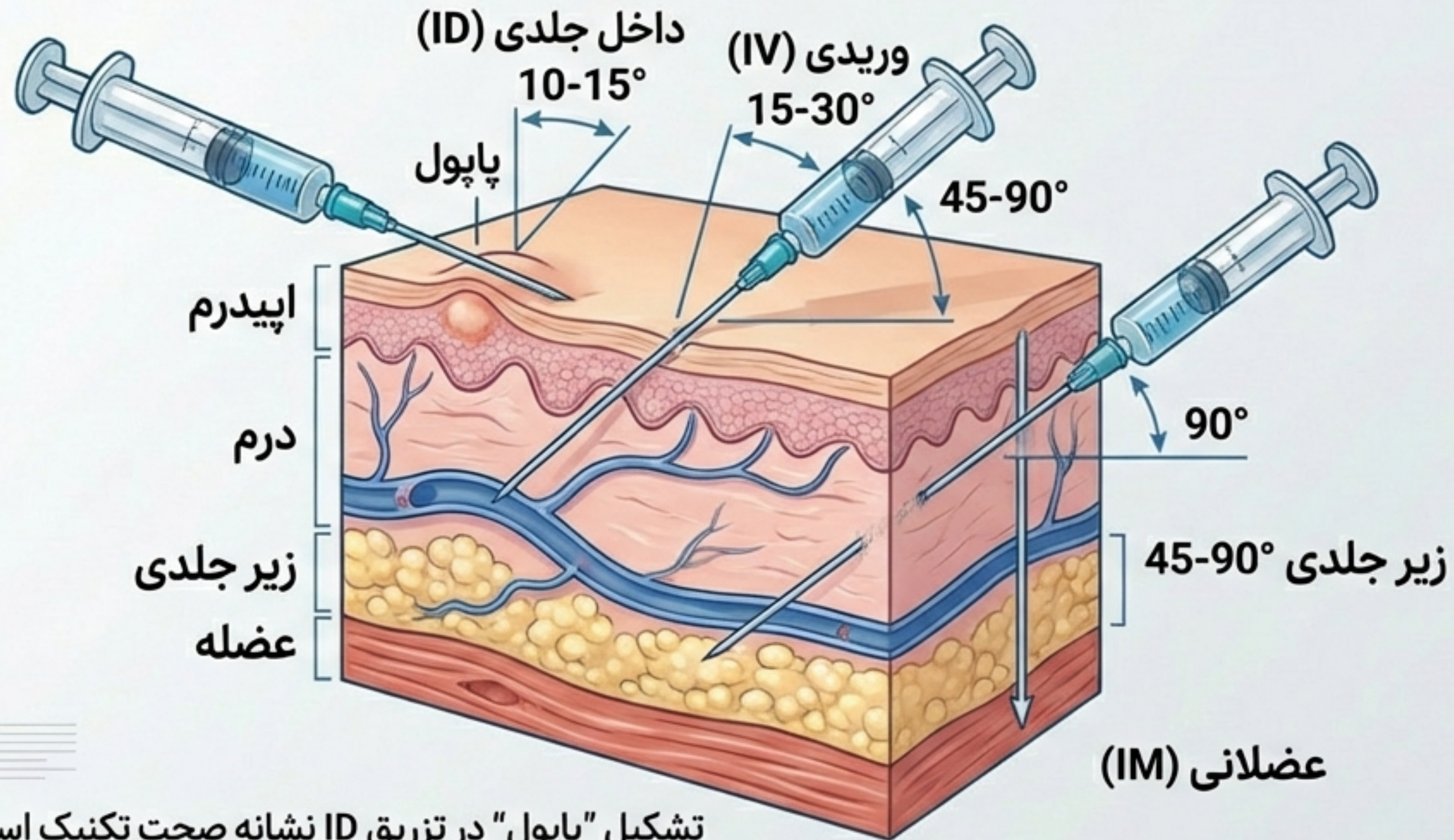


تکنیک: یک گاز استریل
برای هر بار کشیدن

شستشو:

حرکت از تمیز به کثیف
(مرکز به خارج)

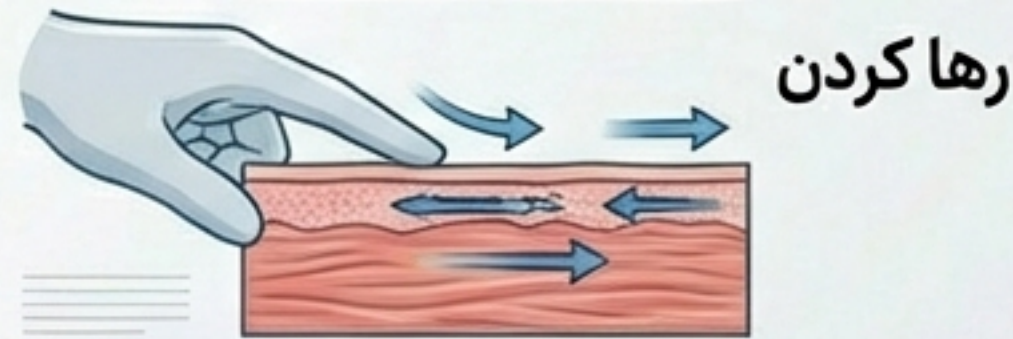
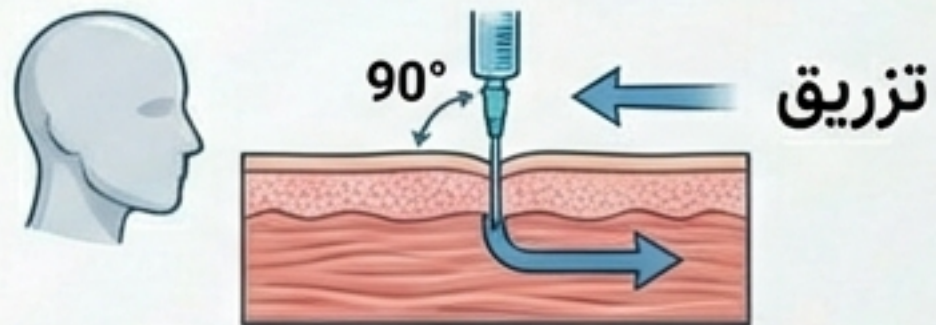
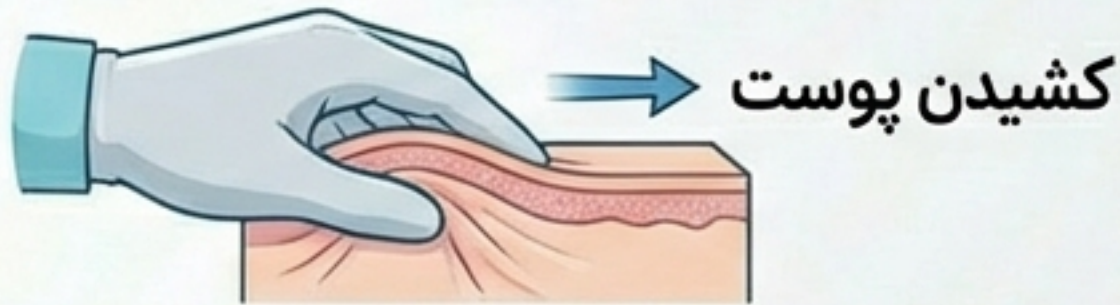
اصول تزریقات: زوایای طلایی



تشکیل "پاپول" در تزریق ID نشانه صحت تکنیک است.

تکنیک‌های پیشرفته تزریق

Z-Track Method (IM)



هدف: جلوگیری از نشت دارو به بافت زیرجلدی

IV Therapy

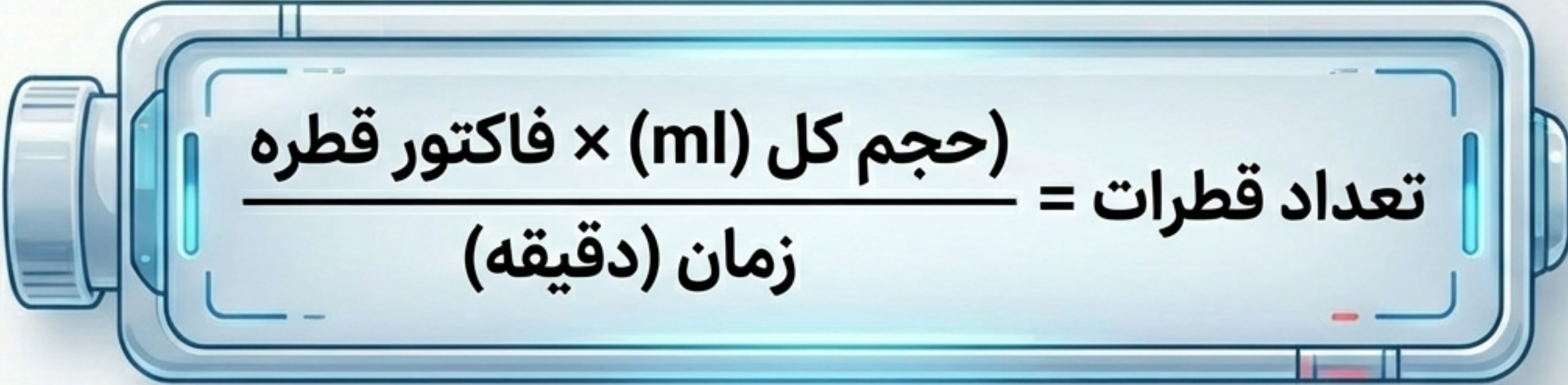
• بستن تورنیکت ۱۰-۱۵ سانت بالاتر



• زاویه ورود ۱۵-۳۰ درجه و مشاهده برگشت خون



محاسبات دارویی و سرم‌تراپی


$$\text{تعداد قطرات} = \frac{\text{حجم کل (ml)} \times \text{فاکتور قطره}}{\text{زمان (دقیقه)}}$$

فاکتور قطره:

- ست معمولی (۱۵ یا ۲۰)
- میکروست (۶۰)

“این فرمول بخش جدایی‌ناپذیر از گزارش‌نویسی دارویی است.”

مستندسازی و فرآیند پرستاری



“اگر ثبت نشده، یعنی انجام نشده است.”

- فرآیند: تشخیص پرستاری (Diagnosis) + مداخلات (Interventions)
- قوانین ثبت: خودکار مشکی یا آبی، بدون خط خوردگی، ذکر تاریخ و ساعت
- محتوا: تحمل بیمار، مشاهدات عینی و آموزش‌های داده شده

مسیر موفقیت شما با تیمار (TIMAR):



تسلط بر این ۲۵ مهارت، تضمین کننده صلاحیت بالینی شماست.
برای دسترسی به پادکست‌های آموزشی و ویدیوهای تکمیلی به سایت مراجعه کنید.

timaracademy.com