SEIU HEALTHCARE NW
TRAINING PARTNERSHIP

የደህንነት ጥንቃቄና ገለጻ ራስ–አገዝ ጥናት

ሜለስ ማስጫ ቅጽ

ከዚህ በታች በተጠቀሱት ክፍሎች በእያንዳንዳቸው ወስጥ ሰዎችን ከአደጋ ለማጠበቅ ሚድረግ የሚችሏቸውን ሶስት ነገሮች ይዘርዝሩ፡-

የሚድ ቤት ወስጥ ጥንቃቄ	**የማታጠቢያ ቤት ወስጥ ጥንቃቄ**	**የሚኝታ ቤት ወስጥ ጥንቃቄ**
የድስት ማያዣዎችን አዙረው ያስቀምጡ	በገላ ማታጠቢያ ገንዳዎች ወስጥ የሚያንሸራትቱ መቆሚያዎችን ይጠቀሙ	ክፍሉ ወስጥ በቂ ብርሃን መኖሩን ያረጋግጡ
ረዥም እጅጌ ያላቸውን ልብሶች አይልበሱ	የእግር ምንጣፎችን ያንሱ	ወንበሮቹ ሜሬት በደንብ እንዲረግጡ ያድርጉ
በቀላሉ ሊያነሷቸው በሚችሉ ትንንሽ ማያዣ ዕቃዎች ይጠቀሙ	እንደ ማታጠቢያ ወንበሮች ያሉ አጋዥ ማልገያዎችን ይጠቀሙ	ተገልጋዩ የሚያስፈጓቸውን ዕቃዎች አልጋቸው አጠገብ ያድርጉላቸው

እዚህ ላይ ባይጠቀሱም ተቀባይነት ያላቸው ሌሎች ምክንያታዊ ሜለሶችም ሊኖሩ ይችላሉ።

እጅዎን ማታጠብ ያለብዎ ለምን ያህል የጊዜ ርዝሜ ነው? ለ20 ሰከንድ። **"OR" ምን ማለት ነው?** አስተወል (obeserve) እና ሪፖርት አድርግ (report) ማለት ነው።

እጅዎን ማታጠብ ያለብዎ መቼ ነው? እያንዳንዱን ተግባር ከማከናወንዎ በፊትና ካከናወኑ በኋላ ማታጠብ አለብዎ።

ከአንድ ተገልጋይ ጋር ሲሠሩ ሊያጋጥሞዎ የሚችሉና ሪፖርት ሊያደርጓቸው የሚገቡ ሶስት ነገሮችን ይጥቀሱ።

ሜለስ ከሚሆኑ ነገሮች መካከል የሚከተሉት ይገኙበታል፡-

1. ተገልጋይዎ ሲወድቁ።
2. ተገልጋይዎ ከመድሃኒት ጋር የተያያዘ ማሳሳት ሲያጋጥማቸው።
3. በተገልጋይዎ ላይ መጀመሪያ ከነበረው የተለየ ሁኔታ ካስተዋሉ።
4. ተገልጋይዎ ችላ እንደተባሉ ወይም ራሳቸውን እንደጣሉ ከተማለከቱ።
5. ተገልጋይዎ ራሳቸውም ሆነ ሌሎች ሰዎች ላይ ጉዳት ለማድረስ የሚዝቱ ከሆነ።
6. በእንክብካቤ ዕቅዱ ላይ ያልሰፈረ ነገር እንዲያደርጉ ሲጠየቁ።
7. ተገልጋይዎ በእንክብካቤ ዕቅዱ ላይ በሰፈረው የአመጋገብ መመሪያ መሠረት ለመመገብ ፈቃደኛ ካልሆኑ።
8. ተገልጋዩ ገላን እንደማታጠብ ያሉ መሠረታዊ ነገሮች ለሚፈጸም ፈቃደኛ ካልሆኑ።

   እዚህ ላይ ባይጠቀሱም ተቀባይነት ያላቸው ሌሎች ምክንያታዊ ሜለሶችም ሊኖሩ ይችላሉ።

በተገልጋይዎ መኖሪያ ቤት ወስጥ የሚደናቀፍ አደጋ ሊያስከትሉ ከሚችሉ ነገሮች መካከል ሶስቱን ይጥቀሱ።

ሜለስ ከሚሆኑ ነገሮች መካከል የሚከተሉት ይገኙበታል፡-

1. መተላለፊያ መንገድ ላይ ያሉ ገመዶች
2. የእግር መጥረጊያዎችና የወለል ምንጣፎች
3. ወለሉ ወይም ደረጃዎቹ ላይ ተቆልለው የሚገኙ ነገሮች

©SEIU Healthcare NW Training Partnership July 2011

4. ጉብታ ያለባቸው መተላለፊያ መንገዶች
5. የደረጃ ሚፈያዎች
6. በቂ ብርሃን የሌላቸው ደረጃዎች

    እዚህ ላይ ባይጠቀሱም ተቀባይነት ያላቸው ሌሎች ምክንያታዊ ምልሶችም ሊኖሩ ይችላሉ።

አንድ የቤት ለቤት እንክብካቤ ድጋፍ ሰጪ ሠራተኛ (Home Care Aide) ኢንፌክሽኖችና ሌሎች ሕመሞች እንዳይከሰቱ ማካላከል የሚችልባቸውን አምስት መንገዶች ይጥቀሱ።

ምልስ ከሚሆኑ ነገሮች መካከል የሚከተሉት ይገኙበታል፦

1. የእጅ ንጽሕናን ማጠበቅ
2. የግል ደህንነት ማጠበቂያዎችን (PPE) ማጠቀም
3. ክትባቶች
4. ሚጽዳትና በሽታ አማጭ ነፍሳትን ማስወገድ
5. ቆሻሻን በተገቢው መንገድ ማስወገድ

ተገልጋዩ ራሳቸውን ማከባከብ የሚችሉባቸውን መሠረታዊ መሣሪያዎች በተማከተ ሚጃ ለማስጠትና መሣሪያዎቹን ለማከተል ሚድረግ የሚችሏቸው ሶስት ነገሮች ምንድን ናቸው?

ምልስ ከሚሆኑ ነገሮች መካከል የሚከተሉት ይገኙበታል፦

1. ተገልጋዩን ጥያቄ ማጠየቅ እንዲሁም ከእርሳቸው ጋር ማጋገር
2. ሐሳባቸውን እንደተረዷቸው ለሚረጋገጥ በቀላሉ በሚባቸው መንገድ ጉዳዩን መግለጽ
3. ተገልጋዩን ምርጫቸው ምን እንደሆነ ጠይቀው በዚያው መሠረት ፍላጎታቸውን ማሟላት
4. ከእንክብካቤ ሰጪው ቡድን አባላት ጋር ስለ ጉዳዩ መወያየት
5. ከአለቃዎ ወይም ከጉዳዩ ሥራ አስኪያጅ ጋር ማጋገር
6. ከተገልጋይዎ ጋር ሆነው እቅድ ለማውጣት ጊዜ መመደብ
7. የትኞቹ ሥራዎች እንዲሠሩላቸውና እንዴት እንዲሠሩላቸው እንደሚፈልጉ ተገልጋይዎን ማጠየቅ
8. የትኞቹ ሥራዎች በቅድሚያ እንዲሠሩላቸው እንደሚፈልጉ ተገልጋይዎን ማጠየቅ

    እዚህ ላይ ባይጠቀሱም ተቀባይነት ያላቸው ሌሎች ምክንያታዊ ምልሶችም ሊኖሩ ይችላሉ።

አንድ የቤት ለቤት እንክብካቤ ድጋፍ ሰጪ ሠራተኛ እገዛ ሊሰጥባቸው የሚችላቸውን ሥራዎች በመጥቀስ ሠንጠረዡን ይሙሉ፦

ገላ ማታጠበ	ምግብ ማዘጋጀት	ዕቃ ማግዛዛት	ልብስ ሚልበስ
መመገብ	በእግር እንዲሄዱ ሚድረግ/ ወዲያ ወዲህ ማንሸራሸር	ጽዳት	መፀዳጃ ቤት ማጠቀም
ወስን የአካል እንቅስቃሴዎች	ማጋገርና ማዳመጥ	መገባባት (ተገልጋዩ የሚቸገሩ ከሆነ)	ኮምፒውተር በማጠቀም ረገድ ማገዝ
መድኃኒት ሲወስዱ ማገዝ	የአመጋገብ እቅድ ማውጣት	ንባብ	ቀጠሮዎች ማያዝ

    እዚህ ላይ ባይጠቀሱም ተቀባይነት ያላቸው ሌሎች ምክንያታዊ ምልሶችም ሊኖሩ ይችላሉ።

©SEIU Healthcare NW Training Partnership July 2011

በአንክሮ ሊታሰብባቸው የሚገቡ ጥያቄዎች፦

ከዚህ በታች ለቀረቡት ጥያቄዎች ምን ምላሽ እንደሚሰጡ ቆም ብለው ያስቡ፦

1. በራስዎ ቤትም ሆነ በተገልጋይዎ ቤት ሊያጋጥም ለሚችል የድንገተኛ አደጋ ጊዜ ያወጡት እቅድ ምንድን ነው?

    ምላሽ ሊሆን የሚችል ሐሳብ፦ በራስዎም ሆነ በተገልጋይዎ ቤት ወስጥ የሚሠራበት የድንገተኛ አደጋ ጊዜ እቅድ ሊኖርዎ ይገባል። ምንጊዜም ቢሆን ምን መውጫዎች እንዳሉና ለድንገተኛ ጊዜ የሚያገለግሉ ዕቃዎች የት እንደሚቀመጡ ማወቁ በጣም ጠቃሚ ነው። ከዚህም በተጨማሪ ጭስ ጠቋሚ መሣሪያዎች በየክፍሉ መኖራቸውንና መሣሪያዎቹ የሚሠሩ መሆናቸውን ማረጋገጥ የድንገተኛ አደጋ ጊዜ እቅድ አንዱ አካል ነው። ተገልጋይዎ ድንገተኛ አደጋ ሲከሰት እገዛ ሊፈልጉባቸው ስለሚችሉ የማምለጫ መንገዶች አንስተው ከተገልጋይዎ ጋር ይነጋገሩ።

2. በእንክብካቤ ሰጪው ቡድን ወስጥ የእርስዎ ድርሻ ምንድን ነው?

    ምላሽ ሊሆን የሚችል ሐሳብ፦ የቤት ለቤት እንክብካቤ ድጋፍ ሰጪ ሠራተኛው በእንክብካቤ ሰጪ ቡድኑ ወስጥ በጣም አስፈላጊ የሆነ የሥራ ድርሻ አለው። ተገልጋዩን በየዕለቱ የሚከታተሏቸው እርስዎ ስለሆኑ በተገልጋዩ ላይ የሚታየውን ማንኛውም የጤናም ሆነ ስሜታዊ ለውጥ ሪፖርት ለማድረግ የተሻለ ሁኔታ ላይ ያሉት እርስዎ ነዎት። የእርስዎ ድርሻ ራስዎንም ሆነ ተገልጋይዎን ሊጎዳ የሚችል ማንኛውንም ነገር ሲያዩ ሪፖርት ማድረግ ሲሆን አንዳንድ ጊዜ ደግሞ ተጨማሪ መረጃ ለማግኘት የቤተሰብ አባላቱን ማነጋገር ይጠይቃል። ሕክምና ነክ መረጃዎችን በእንክብካቤ ሰጪ ቡድኑ ወስጥ ለሚሠራ ለማንኛውም ሰው መስጠት እንደሚገባ ማስታወስ የሚገባዎ ከመሆኑም በላይ የተፈጸመ በደል ካለ ሪፖርት የማድረግ ግዴታ አለብዎ።

3. የተገልጋይዎን ምርጫ ግምት ወስጥ በማስገባት የተመጣጠኑ ምግቦችን ያካተተ የአመጋገብ እቅድ ማውጣት የሚችሉት እንዴት ነው?

    ምላሽ ሊሆን የሚችል ሐሳብ፦ የእንክብካቤውን ዕቅድ በመመልከት ተገልጋዩ የአመጋገብ ማስተካከያዎች እንዲያደርጉ የሚጠይቁ ሁኔታዎች ካሉ ማየትና በዚያው መሠረት መወሰን ይችላሉ። በተጨማሪም ተገልጋይዎ ቀደም ሲል ይመገቧቸው የነበሩትን ምግቦችም ሆነ በጣም የሚወዱት ምግብ ምን እንደሆነ ሊጠይቋቸው ይገባል። እንዲሁም ተገልጋይዎ አዳዲስ ምግቦችን ለመሞከር ፈቃደኛ ይሆኑ እንደሆነ ወይም እንደወትሯቸው ተመሳሳይ ምግብ መመገብ ይመርጡ እንደሆነ ሊጠይቋቸው ይችላሉ። ተገልጋይዎ (ሐኪም ከፈቀደላቸው) ቅመም የገባበት ምግብ ይወድዱ እንደሆነ እንዲሁም መመገብ የሌለባቸው የትኛውን ምግብ እንደሆነ ማወቅ ይኖርብዎታል። ምንጊዜም ቢሆን የሚመገቡትን ነገር፣ መቼና እንዴት እንደሚመገቡ መምረጥ ለተገልጋዩ የተተወ መሆኑን ያስታውሱ። ይሁን እንጂ ከተገልጋዩ ጋር ሆነው እቅድ በማውጣት፣ ተገልጋዩ የሚወዷቸውን ምግቦች በመሥራት እንዲሁም መመገብ ሥራ ሳይሆን አስደሳች ነገር እንዲሆንላቸው በማድረግ መልኩ አቀራረቡን በማሳመር ደስ ብሏቸው እንዲመገቡ ማድረግ ይችላሉ።

©SEIU Healthcare NW Training Partnership July 2011