АССОЦИАЦИЯ МЕДИЦИНСКИХ СЕСТЕР РОССИИ

В ПОДДЕРЖКУ ВСЕМИРНОГО ДНЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПАЦИЕНТОВ

WORLD PATIENT SAFETY DAY

17 СЕНТЯБРЯ SEPTEMBER | 2021

10 СОВЕТОВ ПО БЕЗОПАСНОСТИ ТРУДА МЕДСЕСТЕР

ЧАСТЬ 2

6. ФИЗИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ МЕДСЕСТЕР

Вследствие стресса пациент и его близкие могут резко реагировать на ваши слова и действия, порой представляя серьезную угрозу вашей безопасности. Старайтесь всегда держать ситуацию под контролем.

Заходя в квартиру, палату, принимая пациента в процедурном/смотровом кабинете, не позволяйте никому встать между вами и дверью; сохраняйте возможность для выхода. Если вам не нравится ситуация, отступите и, не отворачиваясь, выйдите из комнаты.

7. БЕЗОПАСНОСТЬ В ИНТЕРНЕТЕ: НАВИГАЦИЯ В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ

Новая угроза безопасности медсестер – это социальные сети. Оплошности в Сети могут привести к потере работы. Строго следуйте инструкциям своего работодателя о том, как вести себя в Интернете. Соблюдайте конфиденциальность сообщений и изображений. Конфиденциальность – это больше, чем просто имя. Вы вообще не должны публиковать сообщений о своих пациентах, ведь это является нарушением правовых и этических норм. Не допускайте негативных отзывов о своих пациентах.

8. БУЛЛИНГ

Каждая медсестра должна взять на себя обязательство наставлять и поддерживать других медсестер, помогая им, а не наказывая за ошибки. Поощряйте своих коллег относиться к менее опытным медсестрам с уважением и сочувствием. Если над вами издеваются, обратитесь к руководителю или наставнику. Такое недопустимое поведение следует прекратить.

9. ПОДДЕРЖАНИЕ ЛИЧНОГО ЗДОРОВЬЯ

Например, придерживайтесь рационального питьевого режима. Пусть не каждый день у вас получается выпивать все восемь рекомендованных стаканов воды, но такие дни должны быть исключением из правила. Помните, что обезвоживание и пренебрежение опорожнением мочевого пузыря могут иметь серьезные последствия. Застой мочи может привести к инфекциям мочевыводящих путей, мочевого пузыря и почек.

10. ПРОФИЛАКТИКА ВЫГОРАНИЯ

Инструктируя пассажиров перед полетом, стюардессы не зря просят родителей сначала надевать кислородные маски себе, и только потом детям: вы должны заботиться о себе, чтобы заботиться о других.

Выгорание может происходить по разным причинам и иметь серьезные последствия для ухода за пациентами. Один из способов предотвратить или вылечить выгорание – уделить себе немного времени. Откажитесь от дополнительной смены, сделайте массаж, отправьтесь на пробежку, проведите вечер с друзьями. Ваши коллеги, пациенты и их семьи будут вам благодарны.

По материалам Spring Arbor University