**กิจกรรมการดูแลตามสมรรถนะพนักงานให้การดูแล (Nurse Aid/ Care Giger)**

**สมรรถนะที่ 1 การประเมินสภาพร่างกายเบื้องต้นและความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน**

1. ประเมิน ADL
2. การประเมินสุขภาพจิต/ความเครียด
3. การวัดและบันทึกสัญญาณชีพ (Digital measurement)
* การวัดอุณหภูมิ
* การวัดชีพจร
* การหายใจ
* ความดันโลหิต

**สมรรถนะที่ 2 การดูแลสุขวิทยาส่วนบุคคลและสิ่งแวดล้อม**

1. การอาบน้ำทำความสะอาดร่างกาย (บนเตียง/ในห้องน้ำ)
2. การทำความสะอาดช่องปากและฟันปลอม
3. การสระผม (บนเตียง/ในห้องน้ำ)
4. การทำความสะอาดอวัยวะสืบพันธุ์ภายนอก
5. การเปลี่ยนเสื้อผ้า
6. การทำความสะอาดเล็บมือ เล็บเท้า

**สมรรถนะที่ 3 การดูแลด้านจิตสังคม**

1. การสร้างสัมพันธภาพกับผู้รับบริการและครอบครัว
2. การสังเกตและรายงานพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลง
3. การจัดกิจกรรมและมีส่วนร่วมเพื่อการผ่อนคลาย

**สมรรถนะที่ 4 การดูแลผิวหนัง**

1. การสังเกต รายงาน และติดตามความผิดปกติของผิวหนัง
2. การดูแลให้ผิวหนังมีความชุ่มชื้น
3. การป้องกันการฉีกขาดของผิวหนัง
4. การป้องกันการเกิดแผลกดทับ

**สมรรถนะที่ 5 การดูแลสิ่งแวดล้อมรอบตัวผู้รับบริการ**

1. การทำความสะอาดเตียงและที่นอน
2. การเปลี่ยนผ้าปูที่นอน
3. การดูแลชุดเครื่องนอน
4. การทำความสะอาด โต๊ะ ตู้ ข้างเตียง
5. การดูแลแสง เสียง กลิ่น และอุณหภูมิของห้อง
6. การดูแลสิ่งแวดล้อมเพื่อป้องกันอุบัติเหตุ

**สมรรถนะที่ 6 การดูแลอาหารและน้ำดื่ม**

1. การจัดเตรียมอาหารและน้ำดื่มสำหรับผู้ป่วย
2. การจัดเก็บอาหารและป้องกันการปนเปื้อน
3. การเตรียมและจัดท่าที่เหมาะสมในการรับประทานอาหาร
4. การดูแลป้อนอาหารและน้ำดื่มทางปาก
5. การช่วยให้อาหารเหลวทางสายยาง (ในรายที่ไม่มีปัญหาแทรกซ้อนจากการเจ็บป่วยและอยู่ภายใต้การกำกับควบคุมของพยาบาลวิชาชีพ)
6. การป้องกันการสำลัก
7. การบันทึกและการรายงานอาหารและน้ำดื่มที่ผู้ป่วยได้รับในแต่ละวัน
8. การทำความสะอาดภาชนะใส่อาหารและน้ำดื่ม

**สมรรถนะที่ 7 การดูแลการขับถ่ายอุจจาระ**

1. การใช้หม้อนอน/เก้าอี้สำหรับขับถ่าย

2. การล้วงอุจจาระ (ในรายที่ไม่มีปัญหาแทรกซ้อนจากการเจ็บป่วยและอยู่ภายใต้การกำกับควบคุมของพยาบาลวิชาชีพ)

3. การสวนอุจจาระโดย Fleet enema

4. การใช้แผ่นรองกันเปื้อน (Blue pad)

5. การทำความสะอาดหลังขับถ่ายอุจจาระ

6. การป้องกันและดูแลไม่ให้เกิดภาวะท้องผูก/ท้องเสีย

7. การสังเกตความผิดปกติของอุจจาระและการรายงานผู้เกี่ยวข้อง

**สมรรถนะที่ 8 การดูแลการขับถ่ายปัสสาวะ**

1. การใช้กระบอกปัสสาวะ/ถุงยางอนามัยรองรับปัสสาวะ

2. การทำความสะอาดหลังการขับถ่ายปัสสาวะ

3. การดูแลและทำความสะอาดสายสวนปัสสาวะที่คาไว้

4. การตวงปัสสาวะและการรายงานผู้เกี่ยวข้อง

5. เปลี่ยนผ้าอ้อมสำเร็จรูป

6. การสังเกตความผิดปกติของปัสสาวะและการรายงานผู้เกี่ยวข้อง

**สมรรถนะที่ 9 การดูแลให้พักผ่อนนอนหลับ**

1. การค้นหาสาเหตุ/ปัญหาที่ส่งผลต่อการนอนหลับ
2. การจัดสิ่งแวดล้อมเพื่อส่งเสริมการพักผ่อนและนอนหลับ
3. การจัดกิจกรรมดูแลช่วยเหลือเพื่อส่งเสริมการนอนหลับ

**สมรรถนะที่ 10 การเคลื่อนไหวและการออกกำลังกาย**

1. การจัดท่า/การพลิกตัวผู้ป่วย
2. การช่วยพยุงตัวผู้ป่วย
3. การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยด้วยรถนั่ง/รถนอน
4. การใช้อุปกรณ์ในการช่วยเดิน
5. การเดินออกกำลังกาย
6. การบริหารข้อและกล้ามเนื้อ

**สมรรถนะที่ 11 การป้องกันอันตราย/ความเสี่ยง**

1. การประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุ/อันตรายที่อาจเกิดขึ้นกับผู้สูงอายุ
2. การป้องกันการลื่น หกล้ม พลัดตกเตียง
3. การป้องกันอันตรายจากน้ำร้อนลวก ไฟดูด
4. การป้องกันอันตรายจากสัตว์มีพิษ
5. การป้องกันอันตราย/ความเสี่ยงอื่นๆที่อาจเกิดขึ้น

**สมรรถนะที่ 12 การป้องกันการแพร่กระจายเชื้อและการติดเชื้อ**

1. การล้างมือ
2. การใส่ถุงมือปราศจากเชื้อ
3. การใช้เครื่องป้องกันร่างกาย (หน้ากากอนามัย ชุดกาวน์)
4. การคัดแยก การกำจัดขยะติดเชื้อ และของมีคม
5. การเปิด จับ และส่งสิ่งของปราศจากเชื้อ (Sterile technique)
6. การลำดับ การจัดเก็บ และการหยิบใช้อุปกรณ์ (First-in, First-out)
7. การจัดการผ้า/อุปกรณ์ปนเปื้อน

**สมรรถนะที่ 13 การช่วยเหลือให้ได้รับยาตามแผนการรักษา**

1. การจัดเก็บยาให้ถูกวิธี
2. การตรวจสอบวันหมดอายุของยา
3. การดูแลให้ได้รับยาถูกต้องตามแผนการรักษา
4. การสังเกตและรายงานอาการผิดปกติและการแพ้ยา

**สมรรถนะที่ 14 การทำความสะอาดเครื่องมือ เครื่องใช้และอุปกรณ์การรักษาพยาบาล**

1. การใช้น้ำยาทำความสะอาดถูกต้องเหมาะสมกับเครื่องมืออุปกรณ์และเครื่องใช้ประจำวัน
2. การบำรุงรักษาเครื่องมือเครื่องใช้และอุปกรณ์การรักษาพยาบาลประเภทต่าง ๆ
3. การบันทึกและรายงานจำนวนการใช้อุปกรณ์การรักษาพยาบาลประจำวัน

**สมรรถนะที่ 15 การปฐมพยาบาลและการช่วยฟื้นคืนชีพระดับพื้นฐาน**

1. การปฐมพยาบาลเบื้องต้น (เวียนศีรษะ เป็นลม สำลัก ฟกช้ำ บาดแผลฉีกขาด สัตว์กัดต่อย ฯลฯ)
2. การช่วยฟื้นคืนชีพระดับพื้นฐานและการใช้เครื่องกระตุกหัวใจอัตโนมัติ (AED)
3. การรายงานผู้เกี่ยวข้องและการส่งต่อผู้ป่วย

**สมรรถนะที่ 16 การสื่อสารกับผู้สูงอายุและผู้มีภาวะพึ่งพิง**

1. การมีปฏิสัมพันธ์ที่เหมาะสม
2. การใช้เทคนิคการสื่อสารที่เหมาะสมกับความสามารถในการรับรู้ของผู้ป่วย

**สมรรถนะที่ 17 การบันทึกและการรายงาน**

1. การเขียนรายงานข้อมูลสำคัญของภาวะสุขภาพและการดูแลผู้ป่วยประจำวัน
2. การรายงานข้อมูลผู้รับบริการแก่ผู้เกี่ยวข้อง

**สมรรถนะที่ 18 การนวดเพื่อการผ่อนคลาย**

1. การใช้เทคนิคการนวดเพื่อความผ่อนคลาย
2. การประเมิน/ติดตามผลหลังการนวด

**สมรรถนะที่ 19 การเฝ้าระวังและการรายงานสิ่งผิดปกติที่ทำให้เกิดอันตราย**

1. การสังเกตอาการและอาการแสดงที่ผิดปกติ
2. การสังเกตพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไป
3. การเฝ้าระวังและรายงานสิ่งผิดปกติให้ผู้เกี่ยวข้องทราบ
4. ให้การช่วยเหลือเบื้องต้น

**สมรรถนะที่ 20 การส่งเสริมและฟื้นฟูสุขภาพผู้สูงอายุและผู้มีภาวะพึ่งพิงตามแผนการรักษา**

1. การประเมินความต้องการของการส่งเสริม/ฟื้นฟูสุขภาพตามแผนการรักษา
2. การจัดกิจกรรมการส่งเสริม/การฟื้นฟูสุขภาพตามแผนการรักษาได้

**สมรรถนะที่ 21 การรับและการจำหน่ายผู้ป่วย**

1. การช่วยรับผู้ป่วยใหม่
2. การช่วยจำหน่ายผู้ป่วยเพื่อกลับบ้าน

**สมรรถนะที่ 22 การดูแลอย่างมีจริยธรรมและมีพฤติกรรมบริการที่เหมาะสม**

1. ความซื่อสัตย์
2. ความรับผิดชอบ
3. การรักษาความลับของผู้ป่วย
4. การไม่ทำสิ่งเป็นอันตรายต่อผู้รับบริการ
5. การปฏิบัติโดยไม่ละเมิดสิทธิของผู้รับบริการ
6. การปฏิบัติด้วยความเมตตาเอื้ออาทร