

ベッドメーキングの手順(クローズドベッド→オープンベッド)

演習 練習

使用物品			
マットレスパッド, 下シーツ, 防水シーツ, 横シーツ, 上シーツ, 毛布, スプレッド, 枕, 枕カバー			
準備	使用物品を揃える 患者に説明し、了解を得る 換気 作業環境を整える - 床頭台、椅子、オーバーベッドテーブルをベッドから離す - ベッドの高さ調整、ストッパーの確認	動作経済の効率: 使用する順番に上から重ねる	
実施	マットレスの汚れや埃がないことを確認する マットレスパッドを敷く - マットレスの縦横の中心にパッドのわの二方向を合わせて置く - マットレスパッドを広げる 下シーツを広げる - マットレスの幅・長さの中心とシーツのわの二方向を合わせて下シーツを置く - 枕元から足元まで、長さを広げる - 枕元から足元まで、たたまれて重なっている1番上のシーツを、手前に広げる - 広げたシーツを押さえながら、残りのシーツを左側(向こう側)に広げる 右側(手前側)を作る - マットレスの枕元を包む - 枕元の角を三角に作る - しわがないように縦方向(長さ)に引っ張りながら、足元のマットレスをくるむ - 足元の角を三角に作る - 中央のシーツをマットレスの下に入れ込む	位置の確定を1回の動作で行う 動作経済の効率: 下シーツ・横シーツを、ベッド左側へ一往復の動きで敷く 位置の確定を1回の動作で行う 動作経済の効率: 足元から枕元に向かって広げても良い シーツがずれないように固定する しわが残らないように、掌を使って広げる できる限り左側まで包む 布の特性を利用する ボディーメカニクスの活用 マットレスをできるだけ持ち上げない マットレスに入れ込むシーツは、できる限りしわなく入れる 危険性の軽減: 手掌を下にしてリネンを入れる 動作経済の効率: 発汗の少ない手背とシーツが触れ、崩れにくい	
	防水シーツを敷く - 幅の中央を合わせて、適切な位置に置く - しわなく広げる - 右側をマットレスの下に入れる	使用目的に合わせた位置をアセスメント 動作経済の効率: シーツの崩れを防ぐために、マットレスをできるだけ持ち上げない	
	横シーツを敷く - 横シーツ用にさばく シーツの全長を広げる 長さの1/2の位置を持ち、シーツの端が外側に出るよう、シーツを半分に折り返す		

実施	<p>ヘムをずらして右手で持ち、シーツの中央の表側を左手で持つ 外表に反す</p> <ul style="list-style-type: none"> ・幅の中心を合わせておく ・重なったシーツの上2枚を左側に広げる ・下側にしわがないようにのばす ・右側(手前)をマットレスの下に入れる 	<p>動作経済の効率:さばく動作の延長でシーツから手を離さない</p> <p>褥瘡のリスク軽減:ヘムをずらす</p> <p>布の特性:バイヤス方向に引っ張らない</p>	
	<p>左側に移動する</p>		
	<p>下シーツの左側を作る</p>		
	<ul style="list-style-type: none"> ・角を三角に作る 左上→左下 角を作る前にしわを伸ばすようにシーツを引っ張る 	<p>マットレスをできるだけ持ち上げない</p> <p>動作経済, 布の特性利用:対角に引っ張る</p>	
	<p>防水シーツの左側を作る</p>		
	<p>横シーツの左側を作る</p>	<p>褥創のリスク軽減、快適性の確保:しわができるないように十分引っ張りながら入れる</p> <p>特に、下側にしわがないことを確認する</p>	
	<p>上シーツをかける</p>	<p>動作経済の効率:上シーツ・毛布・スプレッドを、ベッド左側へ一往復の動きで敷く</p> <p>快適性の確保:崩れにくい襟元を作るため、マットレスよりも3~5cmはみ出すように置く</p>	
	<ul style="list-style-type: none"> ・横の中心を合わせておき、長さを広げる ・上シーツ用に表が下になるように広げる 重なったシーツの一番上が1番下になるように折り返す ・1番上になったシーツを手前に広げる 折り返して1番下になったシーツを左側に広げる ・上シーツのしわをとる ・足関節辺りの位置に、20センチ程度のタックをとる ・右下の角を四角に作る 	<p>手前に広げたシーツを押さえながら マットレス全面に広げる</p> <p>尖足予防、快適性・安楽の確保</p> <p>足関節の基本肢位の保持:タックの向きは下</p> <p>動作経済:できる限り左側までタックを作る</p> <p>布の特性利用:ゆるみやすい</p>	
	<p>毛布をかける</p>		
	<ul style="list-style-type: none"> ・マットレス上端から15cm程度の位置に幅の中心を合わせておく ・左側に広げ、足元まで広げる ・右下の角を四角に作る 	マットレス全面にしわなく広げる	
	<p>スプレッドをかける</p>		
	<ul style="list-style-type: none"> ・マットレスの幅・長さの中心とシーツのわの二方向を合わせて下シーツを置く ・長さの1/2まで広げ、スプレット上端がマットレスの上端になるように調整する ・足元まで長さを広げる ・枕元から足元まで、たたまれて重なっている1番上のシーツを、手前に広げる ・広げたシーツを押さえながら、残りのシーツを左側に広げる ・右下の角を三角に作る 	マットレス全面にしわなく広げる	

	左側へ移動する		
	上シーツの左側を作る	タックが斜めにならないように	
	毛布の左側を作る		
	スプレッドの左側を作る		
実施	オーブンベッドにする(衿元を作る)	動作経済の効率:左側からつくり、右へ移動する	
	・毛布より長いスプレッドを毛布の長さで毛布の内側へ折り返す		
	・上シーツを毛布の長さでスプレッド側へ折り返す		
	枕カバーをかける	快適性:カバーと枕のサイズが合わないときは、枕に合わせてカバーを内側へ織り込む 褥創のリスク軽減:縫い目を患者と反対側	
	ベッドの高さ、位置を元に戻し、ストッパーをかける。	清潔・安全性の確保:シーツが床につかないことを確認する	
	病床環境を整える(ナースコール、床頭台、オーバーベッドテーブル、イス、窓、カーテンなど)		

リネンのたたみ方

上シーツ・下シーツ・スプレッド	上側が主、下側が副の2人で行う 主の左手はシーツの幅中央を持つ 主の左手はシーツの幅中央を持つ	
マットレスパッド	長さを1/2にする	
毛布	上側が主、下側が副の2人で行う 主の左手は毛布の上端を持つ 主の左手は毛布の上端を持つ 幅を1/2にする	

確認者サイン

☆ベッドメーキングの手順を考えてリネンの重ね方を検討する