

ベッドメイキングの手順(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	動作経済の効率: 使用する順番に上から重ねる	
	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		
実施	マットレスの汚れや埃がないことを確認する	位置の確定を1回の動作で行う	
	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	動作経済の効率: 下シーツ・横シーツを、ベッド左側へー往復の動きで敷く	
	・ 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	位置の確定を1回の動作で行う	
	・ 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	動作経済の効率: 足元から枕元に向かって広げても良い	
	右側(手前側)を作る	シーツがずれないように固定する	
	・ マットレスの枕元を包む	しわが残らないように、掌を使って広げる	
	・ 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	できる限り左側まで包む	
	・ 足元の角を三角に作る	布の特性を利用する	
	・ 中央のシーツをマットレスの下に入れ込む	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	使用目的に合わせた位置をアセスメント	
	・ 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	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に、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</p> <p>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>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>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>褥創のリスク軽減、快適性の確保:しわができ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>上シーツを掛ける</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 <p>右下の角を四角に作る</p>	<p>動作経済の効率:上シーツ・毛布・スプレッドを、ベッド左側へー往復の動きで敷く</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> <p>手前に広げたシーツを押さえながら</p> <p>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>毛布を掛ける</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 	<p>マットレス全面にしわなく広げる</p>		
	<p>スプレッドを掛ける</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、スプレッド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 	<p>マットレス全面にしわなく広げる</p>		

実施	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			
	オープンベッドにする(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		
・ 中表にして、幅を1/2に折りたたむ			
・ 更に、幅を1/2に折りたたむ			
・ 副は持っている下側を主に渡し、長さの1/2のわに持ち替えて、1/2に折りたたむ			
・ シーツをベッド上に置く			
・ シーツを1/3に折りたたむ			
マットレスパッド	長さを1/2にする		
・ 幅を1/2に折りたたむ			
・ 上下のながさ1/4を中心に向けて折りたたむ			
・ 更に半分に折りたたむ			
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		
・ 中表にして、長さを1/2に折りたたむ			
・ 更に、長さを1/2に折りたたむ			
・ ベッド上で、毛布の両端を中央に向けて折りたたむ			
・ 更に、幅を1/2に折りたたむ			

確認者サイン

☆ベッドメイキングの手順を考えてリネンの重ね方を検討する