



Thư gửi Người Sử Dụng Lao Động

Có nhiều phương cách mà những nhà tập thể dành cho người lớn, nhà an dưỡng và cơ quan cung cấp dịch vụ chăm sóc tại nhà có thể sử dụng tài liệu này để trợ giúp việc đáp ứng yêu cầu chương trình huấn luyện an toàn trong ba giờ dành cho nhân viên LTC. Chương trình huấn luyện được bao gồm trong tài liệu này hiện gồm có các thông tin nói về **tất cả chủ đề huấn luyện an toàn được yêu cầu của bộ**.

Quý vị có thể sử dụng:

- Toàn bộ chương trình huấn luyện còn được bổ sung vào các chính sách và thủ tục riêng để đáp ứng nhu cầu duy nhất của quý vị.
- Các mục của chương trình huấn luyện này dùng để bổ sung vào tài liệu huấn luyện an toàn hiện có nếu quý vị đang thiếu bất kỳ lĩnh vực nào của chủ đề được yêu cầu cho ví dụ.

Những chỗ quý vị thấy có vẻ thích hợp nhất để bao gồm biểu mẫu, chính sách, và thủ tục của riêng quý vị đã được ghi trong chương trình huấn luyện nơi mà quý vị thấy Biểu Tượng Chèn này. Không yêu cầu quý vị thêm một cái gì đó vào mỗi vị trí. Đã được bao gồm như là một công cụ trợ giúp duy nhất.



Bổ sung văn bản vào trong tài liệu này

Các mã kiểu đã được sử dụng để định dạng tài liệu này dễ dàng hơn. Để biết về cách sử dụng các mã kiểu.

Quý vị có thể cũng muốn cập nhật Mục Lục sau khi thêm các tài liệu. Để biết thêm về [Cập Nhật Mục Lục](#)

www.adsa.dshs.wa.gov/1163



Huấn Luyện An Toàn

Giới Thiệu	2
Hướng Dẫn An Toàn	3
1. Ngăn Ngừa Tai Nạn và Tổn Thương cho Bản Thân Quý Vị và Thân Chủ	4
Bài Tập Khởi Động và An Toàn Cho Lưng.....	4
Bài Tập Kéo Căng.....	5
Cầm và Nâng Vật Liệu.....	7
Chuyển Người An Toàn.....	8
Biện Pháp An Toàn Tại Nhà.....	10
Sự Té Ngã Của Thân Chủ.....	12
Ánh Sáng Thích Hợp.....	13
Công Việc Quản Gia	14
An Toàn Khi Sử Dụng Oxy	14
An Toàn Khi Sử Dụng Thang.....	15
An Toàn Khi Hỏa Hoạn	16
An Toàn Khi Sử Dụng Điện	17
An Toàn Khi Sử Dụng Vũ Khí/Súng.....	17
An Toàn Khi Tiếp Xúc Vật Nuôi.....	18
An Toàn Khi Lái Xe	19
Bạo Hành Nơi Làm Việc	20
2. Ngăn Chặn Sự Lan Truyền Lây Nhiễm và Bệnh Tật	23
Rửa Tay Quý Vị.....	23
Đeo Găng Tay Dùng Một Lần.....	24
Bảo Vệ Bản Thân Quý Vị Khỏi Bị Các Bệnh Truyền Bằng Đường Máu.....	25
Các Phòng Ngừa Chuẩn.....	25
Mối Nguy Về Việc Tiếp Xúc Khác	27
Vệ Sinh và Tẩy Uế.....	28
Làm Việc Với Các Hóa Chất Dùng Trong Nhà.....	28
Khi Quý Vị Bị Bệnh	29
4. Chuẩn Bị và Xử Lý Các Trường Hợp Khẩn Cấp	30
Lập kế hoạch di tản	30
Chỉ Thị Trước.....	31
Trường Hợp Khẩn Cấp Về Y Tế.....	31
Trường Hợp Khẩn Cấp Về Hỏa Hoạn	31
Chuẩn Bị Về Thiên Tai	33
Động Đất.....	33
Trường Hợp Khẩn Cấp Cứu Về Thời Tiết	33
Sự Cố Mất Điện.....	34
Sau Cùng	35
Phụ Lục A: Kế Hoạch Hành Động Khẩn Cấp cho Việc Chăm Sóc Tại Nhà	36



Giới Thiệu

Chương trình huấn luyện an toàn giúp cho quý vị an toàn và tránh tổn thương và bệnh tật liên quan đến việc thực hiện các dịch vụ và hỗ trợ như là một nhân viên chăm sóc dài hạn (LTC).

Chương trình này được thiết kế để giúp quý vị chiếm quyền sở hữu an toàn và sức khỏe của riêng quý vị và để thực hiện biện pháp bảo vệ an toàn và sức khỏe của các thân chủ do quý vị chăm sóc.

Vai trò của quý vị trong an toàn là một nhân viên LTC là để trợ giúp:

1. Ngăn ngừa tai nạn và tổn thương cho bản thân quý vị và thân chủ
2. Ngăn chặn sự lan truyền lây nhiễm và bệnh tật
3. Chuẩn bị và xử lý các trường hợp khẩn cấp

Biểu Tượng Hữu Ích

Các biểu tượng sau đây đã được sử dụng trong suốt chương trình huấn luyện.



Biểu tượng này chỉ ra các điểm chính.



Biểu tượng này chỉ ra khi nào quý vị có thể cần xác nhận và/hoặc báo cáo một việc gì đó cho giám sát viên của quý vị hoặc cá nhân thích hợp nơi quý vị làm việc.



Biểu tượng này dành cho các giám sát viên, chủ sở hữu, hoặc chỉ các quản trị viên duy nhất. Điều đó báo cho quý vị biết nơi nào để chèn biểu mẫu, chính sách và thủ tục của riêng quý vị vào chương trình huấn luyện.



Tùy Quý Vị!

Vai Trò An Toàn Của Quý Vị là một Nhân Viên Chăm Sóc Dài Hạn (LTC)

1. Ngăn ngừa tai nạn và tổn thương cho bản thân quý vị và thân chủ.
2. Ngăn chặn sự lan truyền lây nhiễm và bệnh tật.
3. Chuẩn bị và xử lý các trường hợp khẩn cấp.

Thân Chủ

Một cá nhân yêu cầu các dịch vụ và hỗ trợ được nói đến bằng nhiều tên khác nhau. Các ví dụ quý vị có thể biết bao gồm thân chủ, cư dân, khách hàng, hoặc người tham gia.

Trong chương trình huấn luyện này, chúng ta sẽ sử dụng thân chủ.

Hướng Dẫn An Toàn

An toàn là rất quan trọng. Dưới đây là một danh sách các hướng dẫn an toàn chung sẽ giúp quý vị thực hành biện pháp an toàn. Nhiều thông tin về một trong các chủ đề này được đề cập trong suốt chương trình huấn luyện này.



Ngăn ngừa tai nạn và tổn thương cho bản thân quý vị và thân chủ

- Chăm sóc lưng của quý vị bằng các bài tập khởi động và sức căng.
- Sử dụng thân cơ học thích hợp để nâng các vật liệu và người một cách an toàn và thích hợp.
- Mang giày kín mũi, chống trượt, chắc chắn như giày chơi quần vợt.
- Đề phòng và giảm thiểu hoặc loại bỏ các mối nguy về an toàn.



- Biết và thực hành các bước thích hợp nếu thân chủ té.
- Xác nhận và báo cáo bất kỳ mối nguy nào về an toàn mà quý vị biết ở nơi quý vị làm việc.

Ngăn chặn sự lan truyền lây nhiễm và bệnh tật

- Sử dụng các thông lệ kiểm soát lây nhiễm. Rửa tay quý vị đúng cách và thường xuyên trong ca làm việc của quý vị. Mang găng tay dùng một lần để ngăn chặn sự lan truyền bệnh tật và lây nhiễm.
- Sử dụng các biện pháp phòng ngừa chuẩn khi cần thiết.
- Vệ sinh và tẩy uế thường xuyên.
- Sử dụng găng tay dùng cho gia đình và bảo đảm có sự thông gió tốt khi làm việc với các hóa chất trong nhà
- Không đi làm khi quý vị đang bị bệnh lây nhiễm.



Chuẩn bị và xử lý các trường hợp khẩn cấp

- Dành thời gian để hoạch định và chuẩn bị các bước quý vị cần thực hiện trong các trường hợp khẩn cấp.
- Biết những gì mà kế hoạch hành động khẩn cấp dành cho mỗi thân chủ.
- Biết các lối thoát để di tản trong trường hợp khẩn cấp đối với bất kỳ tòa nhà nào mà quý vị làm việc.
- THỰC HÀNH các biện pháp di tản khẩn cấp chẳng hạn như các cuộc thực tập chữa cháy.
- Bình tĩnh và xuất hiện tự tin. Các thân chủ sẽ thường xuyên bắt chước quý vị cách thức để trả lời.



1. Ngăn Ngừa Tai Nạn và Tồn Thương cho Bản Thân Quý Vị và Thân Chủ

Các mục sau đây là những việc mà quý vị có thể làm giảm thiểu cơ hội tổn thương trong công việc của mình là một nhân viên LTC.

Bài Tập Khởi Động và An Toàn Cho Lưng

Các rối loạn lưng là một trong những tổn thương dẫn đầu ở nơi làm việc. Chỉ giống như cỗ máy tốt nhất, ***lưng của quý vị bắt buộc phải chăm sóc đúng cách*** để giữ cho lưng khỏe mạnh.

Nếu lưng quý vị không làm việc đúng cách, thì quý vị sẽ bị đau. Lưng bị tổn thương làm ảnh hưởng đến khả năng chuyển động các chi, hông, cổ và đầu của quý vị.

Hãy Chăm Sóc Lưng Của Quý Vị!

Công việc của quý vị liên quan đến việc nâng nhấc trong tư thế vụng về làm cho lưng của quý vị bị căng thẳng. Quý vị có thể gánh chịu mọi rủi ro vì tổn thương lưng.



Giữ Lưng Của Quý Vị Khỏe Mạnh

1. Tư Thế

Tư thế đứng bao gồm khi đứng và ngồi ở một vị trí đứng thẳng mà không thõng xuống hoặc khòm lưng của quý vị. Nén bụng để cho nó không tạo áp lực quá nhiều lên cột sống của quý vị. Khi đứng, cong nhẹ đầu gối của quý vị.

Tư thế ngủ đúng cũng quan trọng để ngăn ngừa và giảm bớt đau lưng. Nằm ngủ trên nệm rắn chắc, nệm không nhúng hoặc quá cứng. Không ngủ nằm sấp. Thay thế, nằm ngủ nghiêng một bên có gối ở giữa đầu gối của quý vị.



2. Bài Tập Khởi Động

Bài tập khởi động thích hợp liên quan đến bài tập ưa khí và tăng cường và kéo căng các cơ chính của cột sống và bụng. Đi bộ, bơi lội, và chạy xe đạp đều là những phương cách tuyệt vời để khởi động toàn bộ cơ thể và cải thiện tim của quý vị.



Hoạt động ưa khí cùng với một chế độ ăn uống lành mạnh sẽ giúp ngăn ngừa tăng cân - một yếu tố nguy cơ tổn thương lưng.

Bài tập vừa phải sẽ tạo cho lưng khỏe mạnh

- Đi bộ 10 phút, 2 lần mỗi ngày.
- Xây dựng chế độ đi bộ ít nhất một lần 30-phút vào mỗi ngày, ít nhất 3 lần mỗi tuần.
- Kéo căng lưng của quý vị 5-7 ngày/tuần (xem các bài tập kéo căng dưới đây).
- Tăng cường sức mạnh lưng của quý vị bằng các bài tập ít nhất 4-5 ngày/tuần.

Bắt đầu các bài tập kéo căng và tăng cường sức mạnh của quý vị một cách từ từ và tăng dần lên các mức. Đề nghị rằng quý vị bắt đầu bất kỳ chương trình tập kéo căng nào.

Nói cho bác sĩ của quý vị biết trước khi thử bất kỳ bài tập nào, đặc biệt nếu quý đã trải qua bệnh đau lưng.



Bài Tập Kéo Căng

Gập Căng Lưng

- Chống bằng tay và đầu gối, đưa cằm vào và cong lưng.
- Ngồi thụt vào trên gót chân, để cho vai hướng xuống phía sàn.
- Giữ 45 đến 60 giây.



Kéo Căng Từ Đầu Gối Đến Ngực Hai Lần

- Nằm ngửa.
- Kéo cả hai đầu gối vào ngực cho đến khi quý vị cảm thấy sự kéo căng dễ chịu ở lưng dưới.
- Giữ cho lưng giãn ra.
- Giữ 45 đến 60 giây.



Kéo Căng Xoay Tròn Lưng Dưới

- Nằm ngửa.
- Giữ lưng và chân cùng thẳng, xoay đầu gối một phía.
- Giữ 45 đến 60 giây.



3. Bài Tập Tăng Cường Sức Mạnh

Các cơ bụng và lưng dưới khỏe cùng làm việc với nhau khiến cho lưng khỏe mạnh. Các bài tập này được trình bày ở các trang sau đây giúp kéo căng cơ lưng dưới và tăng tính mềm dẻo.

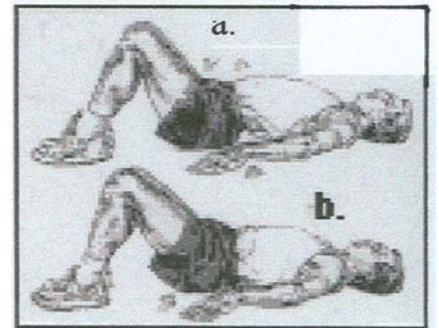
Trừ khi được hướng dẫn cách khác, tập mỗi bài một đến năm lần, hai lần mỗi ngày. Tăng dần bài tập của quý vị lặp lại mười lần, hai lần mỗi ngày. Sử dụng các động tác chậm, nhẹ nhàng khi quý vị tập.



Ngưng lại bất kỳ bài tập nào làm tăng bệnh đau lưng, khó chịu, hoặc gây ra cảm giác ngứa ran, tình trạng tê liệt, hoặc làm yếu chân của quý vị. Hãy liên hệ với bác sĩ của quý vị nếu các triệu chứng này vẫn còn tiếp tục.

Bài Tập Nghiêng Xương Chậu

- Nằm ngửa cong đầu gối, bàn chân để thẳng trên sàn và tay duỗi thẳng ở các bên (a).
- Thắt lưng thẳng trên sàn (hông sẽ nghiêng lên) (b).
- Giữ 10-15 giây và thả. Tăng dần thời gian giữ tư thế đó của quý vị lên 60 giây.



Bài Tập Co Tròn Lại

- Nằm ngửa trên sàn.
- Khoanh tay trước ngực, nghiêng xương chậu để lưng thẳng. Đưa cẳng vào ngực.
- Kéo căng các cơ bụng trong khi nâng đầu và vai lên khỏi sàn.
- Giữ 10 giây và thả.
- Lặp lại 10 đến 15 lần.
- Tăng dần số lần lặp lại của quý vị.



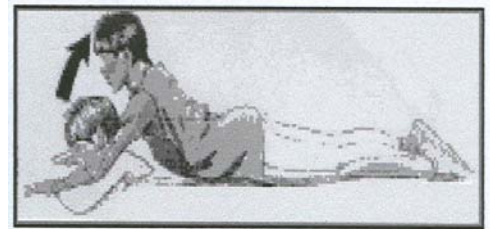
Bài Tập Thay Đổi Kéo Căng Tay-chân

- Hướng mặt về sàn chống tay và đầu gối. Giơ tay trái và chân phải lên. Không gập cổ lại.
- Giữ 10 giây và thả.
- Giơ tay phải và chân trái lên. Không gập cổ lại.
- Giữ 10 giây và thả.



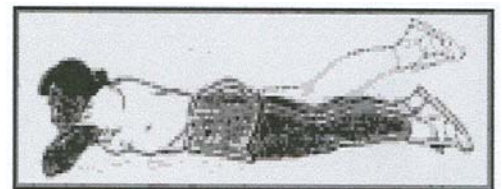
Nằm duỗi thắt lưng

- Nằm sấp và đặt tay trên sàn gần phía đầu của quý vị.
- Đẩy từ từ lưng trên của quý vị lên khỏi sàn bằng cách duỗi thẳng tay, nhưng giữ hông của quý vị trên sàn.
- Giữ 10 giây, và sau đó thả lỏng tay quý vị, quay lưng về phía sàn.



Bài Tập Thay Đổi Kéo Căng Chân

- Nằm sấp tay gập lại dưới cẳng của quý vị.
- Nâng từ từ một chân không gập lại (không quá cao!) trong khi giữ xương chậu của quý vị thẳng trên sàn.
- Hạ từ từ chân của quý vị và lặp lại bằng chân khác.



Kéo Căng Gân Kéo Trong Khi Đứng

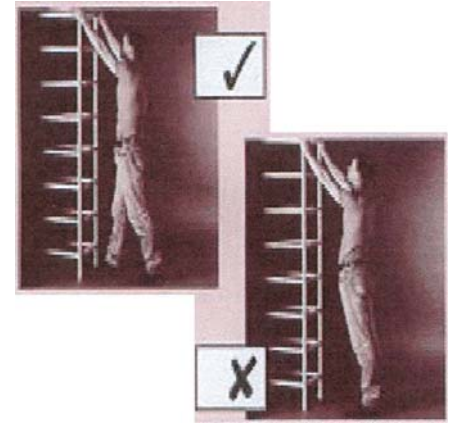
- Đứng một chân phải còn chân trái để trên bàn hoặc ghế.
- Kéo căng gân kheo bằng cách cong đầu gối phải từ từ.
- Giữ 30-45 giây.
- Lặp lại bằng chân khác.



Cầm và Nâng Vật Liệu

Quý vị có thể được yêu cầu chuyển hoặc nâng các vật liệu chẳng hạn như văn phòng phẩm, rác rưởi, hoặc thiết bị do thân chủ cần thiết chẳng hạn như bình oxy. **Nâng và không cầm các vật liệu là nguyên nhân đơn lớn nhất gây ra tai nạn và tổn thương lưng.**

Luôn luôn liên hệ với giám sát viên của quý vị hoặc cá nhân thích hợp nơi quý vị làm việc nếu quý vị quan ngại rằng quý vị không thể di chuyển an toàn một vật gì đó hoặc cần huấn luyện thêm cách thức để thực hiện cực kỳ an toàn.



Kỹ Thuật Nâng Đúng Cách

1. Dự định việc nâng của quý vị. Thẩm định vật nặng của quý vị và **KHÔNG** nhặt hoặc di chuyển những vật vượt quá khả năng của quý vị.
2. Bảo đảm quý vị biết nơi quý vị sẽ nâng vật nặng và nơi quý vị dự định đặt vật thể xuống. Bảo đảm phải có lối đi trước khi quý vị di chuyển vật đó.
3. Cong đầu gối.
4. Càng gần vật nặng càng tốt.
5. Kéo căng các cơ bụng của quý vị.
6. Giữ lưng quý vị thẳng, cong đầu gối, và đứng lên.
7. Nâng bằng chân của quý vị.
8. **Đừng bao giờ xoay mình trong khi đang nâng!** Đi các bước nhỏ, quay bằng chân – không bằng người của quý vị.

Hình ảnh từ Trung Tâm Kiểm Soát Dịch Bệnh



Mẹo Nâng Nhắc An Toàn

- Giữ các vật nặng giữa vai và đầu gối của quý vị.
- Tìm cách dễ dàng để nắm chặt các vật sẽ nâng.

Nâng Lên Trên Đầu

- Giảm bớt số lượng vật nặng của quý vị. Chuyển các phần hoặc một phần vật nặng khi có thể.
- **TRÁNH** các tư thế kéo căng vụng về trong khi vác. Tư thế kéo căng lưng quý vị và có thể làm cho quý vị mất thăng bằng.

- Sử dụng thang gấp để lấy các vật trên chiều cao vai.
- Sử dụng tay vịn khi đi trên cầu thang. Tránh leo trèo khi mang vật nặng.
- Không dựa vào kệ hoặc giá hàng để đỡ quý vị. Chúng có thể dễ dàng sụp đổ nếu quý vị kéo hoặc giật mạnh vào chúng.
- Quý vị nâng hay chuyển một vật càng nhiều bao nhiêu, thì khả năng tổn thương càng nhiều bấy nhiêu. Nếu quý vị cần chuyển một vật nào thường xuyên, hãy sử dụng xe chở hàng.
- Cần trợ giúp khi nâng nhấc các vật to lớn.



Quý vị chịu trách nhiệm về an toàn lưng của chính mình. Khởi động, kéo căng, và sử dụng các kỹ thuật nâng nhấc đúng cách là điều quan trọng mà quý vị có thể thực hiện để chăm sóc lưng của mình!

Chuyển Người An Toàn

Cung cấp dịch vụ chăm sóc cho thân chủ là công việc yêu cầu về thể chất. Nâng nhấc bằng tay, di chuyển, đặt lại, và cung cấp dịch vụ chăm sóc có nghĩa là nguy cơ đau đớn và tổn thương lưng quý vị càng tăng.



Bảo đảm biết và thực hiện theo bất kỳ luật lệ cụ thể nào mà sở làm quý vị có thể có liên quan đến việc chuyển người an toàn.

Hãy liên hệ với giám sát viên của quý vị và cá nhân thích hợp khác ở nơi quý vị làm việc vào bất kỳ lúc nào quý vị cảm thấy quý vị không thể di chuyển một thân chủ an toàn hoặc cần thêm nhiều chương trình huấn luyện về cách thức để thực hiện cực kỳ an toàn.

Yếu Tố Nguy Cơ

"Yếu tố nguy cơ" đối với cơ thể quý vị chắc chắn được biết đến bởi vì các nhu cầu thể chất cao. Điều này là do liên quan đến trọng lượng lớn; 30 đến 50 pound được coi là một vật nặng.

Biết rõ các yếu tố nguy cơ dưới đây mà quý vị có thể đối mặt với công việc hàng ngày của mình.

- **Chuyển Động Lặp Đi Lặp Lại** chẳng hạn như điều chỉnh cái giường bằng tay không vững lặp đi lặp lại nhiều lần.
- **Tư thế vụng về** chẳng hạn như với qua giường để nâng thân chủ.
- **Sức lực** chẳng hạn như đẩy xe lăn qua thang máy để thay đổi hoặc lên dốc.

Các nhiệm vụ nâng hoặc đặt lại khác làm cho thân thể của quý vị gánh chịu mọi nguy cơ bao gồm:

- Nâng nhiều lần.
- Nâng một người không hợp tác và/hoặc từ chối.
- Nâng một người mà không thể đỡ trọng lượng của riêng họ.
- Di chuyển hoặc nâng một người vào hoặc ra khỏi ghế hoặc xe máy.
- Cố gắng giữ cho người đó khỏi té.
- Nâng một người từ sàn hoặc giường lên.

Định Nghĩa

Hành động đi lại tự do - Đi bộ hoặc di chuyển.

Thiết Bị Trợ Giúp - Phương tiện trợ giúp con người tiếp tục thực hiện nhiệm vụ một mình họ.

Chuyển – Giúp người khác ngồi vào hoặc ra khỏi ghế, giường, hoặc xe lăn.

Dây đai/đai thắt lưng để di chuyển - Đeo dây đai quanh eo để giúp di chuyển và đi lại.

Các hoạt động khác có liên quan đến công việc có thể làm cho quý vị gánh chịu mọi nguy cơ bao gồm:

- Cúi xuống để làm giường hoặc cho một người ăn uống.
- Thu nhặt rác rưởi.
- Đẩy thiết bị hoặc các vật nặng.
- Lấy quần áo giặt xong ra khỏi máy giặt hoặc máy sấy.
- Nâng, mang các nhu phẩm, và thiết bị.



Thời gian (bao lâu) VÀ tần suất (bao lâu một lần) về các nhiệm vụ này có thể làm cho quý vị gánh chịu mọi nguy cơ lớn hơn.



Các Rối Loạn Hệ Cơ Xương Khớp (MSDs)

Tiếp xúc quá mức với các yếu tố nguy cơ này dẫn đến nhiều rối loạn khác nhau. Các chứng bệnh này được coi như là Các Rối Loạn Hệ Cơ Xương Khớp (MSDs). Trong khi một số MSD phát triển từ từ theo thời gian, những rối loạn khác có thể gây ra sự cố riêng biệt.

Các dấu hiệu trước đó của MSDs có thể bao gồm cơn đau liên tục, hạn chế sự chuyển động của khớp và mô mềm bị sưng phồng.

Các Rối Loạn Hệ Cơ Xương Khớp (MSDs) bao gồm những bệnh như đau lưng dưới, chấn thương xoay cổ tay, bệnh đau khuỷu tay ở người chơi quần vợt hoặc Hội Chứng Ống Cổ Tay.

Giày Dép Thích Hợp

Giày dép thích hợp cung cấp đầy đủ hỗ trợ cho chân và đầu gối quý vị và giúp ngăn ngừa các tổn thương bong gân và căng cơ.

Các môi nguy có thể bao gồm trường hợp đứng lâu, đi bộ trên bề mặt gập ghềnh, hoặc trượt và té ngã.

Giày đi làm nên cung cấp đầy đủ trợ giúp và thoải mái. Giày đi làm nên:

- Kín mũi và chắc chắn.
- Có đế thấp và rộng để giảm bớt sức căng ở chân và cơ hội tổn thương đầu gối.
- Cung cấp sự kéo giãn tốt.



Giày quần vợt là một chọn lựa giày đi làm tốt nhất cho nhiều nhân viên LTC.

Biện Pháp An Toàn Tại Nhà

Tốt nhất là luôn luôn ngăn ngừa trường hợp tai nạn hoặc khẩn cấp ở bất kỳ nơi nào có thể xảy ra.



Ngoài ra, những nhà tập thể dành cho người lớn (AFH) và Nhà An Dưỡng (BHs) được cấp phép phải giữ cho môi trường không có mối nguy nào cho tất cả thân chủ.



Báo cho những người khác biết nếu quý vị có mối quan ngại an toàn về thân chủ hoặc một việc gì đó trong môi trường gia đình hoặc cơ sở. Người nào mà quý vị liên hệ còn tùy thuộc vào hoàn cảnh của thân chủ và nơi quý vị làm việc. Sở làm của quý vị sẽ có các hướng dẫn cụ thể mà quý vị phải thực hiện theo.



Biết được khi nào quý vị sẽ xác nhận và/hoặc báo cáo một việc gì đó và cho ai.



Liên hệ với cá nhân thích hợp về tình huống của quý vị khi:

- Quý vị quan ngại về mối nguy an toàn tiềm ẩn.
- Quý vị cảm thấy rằng quyết định mà một thân chủ đưa ra làm cho họ hoặc những người khác lâm vào cảnh nguy hiểm.
- Quý vị thông báo mẫu thay đổi hoặc khước từ việc thực hiện chức năng của thân chủ.
- Một thân chủ tiếp tục từ chối chăm sóc hoặc điều trị.



Ngăn ngừa trường hợp tai nạn hoặc khẩn cấp ở bất kỳ nơi nào có thể xảy ra

Kiểm Tra Các Mối Nguy Về An Toàn

Luôn đề phòng các mối nguy về an toàn hiện có và tiềm ẩn. Nếu quý vị quan ngại một mối nguy về an toàn, hãy làm việc với thân chủ và xem có cách để loại trừ nó hay không. Luôn nhớ đến quyền chọn lựa của thân chủ.

Xác nhận và báo cáo các mối nguy về an toàn

Báo cho cá nhân thích hợp biết nơi quý vị làm việc khi quý vị không thể sửa chữa mối nguy về an toàn hoặc thân chủ không muốn nó thay đổi. An toàn của quý vị là quan trọng. Không cố gắng sửa chữa các mối nguy về an toàn nếu quý vị có thể bị tổn thương hoặc quý vị không có các kỹ năng để thực hiện.



AFHs và BHs phải giữ một môi trường không có mối nguy. Bảo đảm quý vị biết rõ và thực hiện theo các chính sách và thủ tục đang xác nhận và báo cáo mối nguy về an toàn được yêu cầu.



Xác nhận và báo cáo các mối nguy về an toàn

Danh Sách Kiểm Tra Mỗi Nguy Về An Toàn

- Có một Kế Hoạch Hành Động Khẩn Cấp cho thân chủ đó mà quý vị đã tái xét và am hiểu.
- Đầy đủ Thiết Bị Bảo Hộ Cá Nhân (PPE) hiện có cho các nhiệm vụ được yêu cầu
- Bên ngoài những con đường dành cho người đi bộ được thấp sáng tốt, thoát khỏi sự hỗn loạn, và nước, đá, tuyết, hoặc dầu mỡ được làm sạch ngay lập tức
- Sàn và hành lang bên trong được thoát khỏi sự hỗn loạn và dây đèn, dây nối dài và dây điện thoại nằm ngoài luồng giao thông
- Vứt thảm bỏ hoặc lốp xe không trượt hoặc băng keo hai mặt đúng chỗ
- Viên thảm bị cọ sòn và được đóng đinh xuống nếu cần
- Cầu thang có tay vịn và được thấp sáng tốt
- Ánh sáng thích hợp hiện có khắp nhà
- Thùng đựng các vật nhọn hoặc thùng nhựa kín, cứng và bền hiện có nếu cần
- Các vật nhọn chằng hạn như khung giường được độn thêm
- Các ống oxy được tháo ra, không có nút và nằm ngoài đường dành cho người đi bộ
- Không hút thuốc, nung trực tiếp, hoặc các vật dễ cháy đặt gần khi đang sử dụng oxy
- Trang thiết bị y tế được lưu trữ thích hợp
- Các vật liệu được lưu trữ an toàn và ở độ cao thích hợp
- Nhà không có sự phá hoại của côn trùng và chất thải của vật nuôi
- Vật nuôi được kiểm soát
- Thuốc và hóa chất được dán nhãn và lưu trữ đúng cách
- Không có đồ dùng hoặc dây nối dài nào cùng với dây điện nằm phơi ra hoặc bị cọ sòn đang được sử dụng
- Các bình chữa cháy hiện có sẵn sàng và được bảo dưỡng
- Các thiết bị báo khói đang hoạt động tốt và một lịch làm việc được thiết lập và duy trì để thay pin.

Nhận Thông Tin Quý Vị Cần



Các thông tin sau đây giúp quý vị hiểu được những gì sẽ tìm kiếm trong và ngoài nhà khi kiểm tra các mối nguy về an toàn. Thông tin này cũng đưa ra một số mẹo vặt hoặc các giải pháp có thể thực hiện để loại trừ hoặc giảm thiểu mối nguy.

Các vật liệu này là một nguồn của thông tin. Quý vị có thể cần thông tin bổ sung hoặc hỗ trợ. Có nhiều nguồn để nhận thông tin. Nhân viên sở cảnh sát và cứu hỏa địa phương hoặc phân hội địa phương của Hội Chữ Thập Đỏ Hoa Kỳ sẽ vui lòng trợ giúp hoặc hướng dẫn quý vị các nguồn khác. Tham gia cùng với các thành viên nhóm chăm sóc khác nữa.

Sự Té Ngã Của Thân Chủ

Sự té ngã có thể là nghiêm trọng. Các thân chủ yếu đuối có thể tổn thương nghiêm trọng nếu họ té ngã. Té ngã có thể...

- Gãy xương dễ gãy ở hông hoặc chân.
- Gãy hoặc chấn thương nặng ở cổ tay và cánh tay.
- Gây ra các chấn thương đầu.
- Là một dấu hiệu của các vấn đề về bệnh nặng khác.

Ngăn chặn té ngã

Có nhiều việc có thể gây ra trượt, vấp, và té ngã ở trong và ngoài nhà hoặc nơi sinh sống của thân chủ.

- Chú ý cẩn thận loại và tình trạng của các bề mặt dành cho đi bộ.
- Quan sát và nhận biết sự thăng bằng của quý vị. Mang giày dép kín chân, chắc chắn và chống trượt.
- Sử dụng tay vịn nơi hiện có.
- Tìm kiếm các mối nguy về vỉa hè và lối đi vào chẳng hạn như rạn nứt, lỗ hổng, bề mặt trơn trượt hoặc gập ghềnh.
- Quan sát tay vịn hoặc cầu thang lung lay hoặc bằng gỗ mục.
- Giữ gìn sạch sẽ những đường dành cho người đi bộ - đặc biệt là phòng tắm.
- Giữ cho các phòng và cầu thang không có tình trạng hỗn loạn.
- Sử dụng đèn đêm trong phòng, hành lang và trong phòng tắm của thân chủ.
- Tránh váy dài, dép rộng, và giày cao gót.
- Để các vật được sử dụng thường nhất trên các kệ tủ thấp hơn.
- Sử dụng các tay vịn trong bồn tắm và kế tiếp đến nhà vệ sinh.
- Sử dụng bàn cầu an toàn để đứng hoặc ngồi dễ dàng hơn.
- Sử dụng thảm chùi chân trong phòng tắm vòi hoa sen và bồn tắm.
- Thay đổi các màu sắc ở cao độ sàn để nhìn thấy tốt hơn nơi là các bậc và gờ.
- Chú ý cẩn thận xích chó khi dắt một con chó đi từng bước. Quan trọng là bảo đảm không bị vướng vào khung tập đi hoặc gậy.
- Bỏ thảm trải sàn.



Xác nhận và báo cáo bất kỳ mối nguy về té ngã có thể xảy ra cho cá nhân thích hợp nơi quý vị làm việc.

Nếu một thân chủ té ngã

Các mục sau đây là những hướng dẫn để giúp quý vị và thân chủ an toàn nếu họ té ngã.

1. Không cố gắng ngăn ngừa té ngã. Tốt hơn nếu quý vị giúp đỡ đầu của họ và từ từ nâng nhẹ thân chủ lên trên sàn.
2. Giữ hai chân quý vị ngang bằng và lưng thẳng đứng.
3. Kéo người này gần quý vị. Để cho thân chủ trượt từ người quý vị xuống sàn.
4. Nâng nhẹ người này lên sàn. Thường quý vị cũng sẽ "đi lên sàn" với người này.



Nếu thân chủ CÓ THỂ đứng dậy...

- Hãy hỏi “Bạn cảm thấy như thế nào?” và theo dõi cẩn thận các dấu hiệu chấn thương. Nhớ rằng, đa số mọi người đều bối rối và có thể muốn đứng dậy hoặc nói cho quý vị biết mọi việc đều tốt cho dù việc đó không phải như vậy. Theo dõi thân chủ cẩn thận. Ngôn ngữ cử chỉ của thân chủ sẽ cho quý vị thông tin quan trọng.
- Nếu thân chủ nói họ cảm thấy **không đau và đứng lên thoải mái**, hãy xem xét cẩn thận khi họ như vậy.
- Tùy thuộc vào nơi quý vị làm việc, quý vị có thể được yêu cầu trợ giúp thân chủ trở lại vị trí té trước đó của họ. Thực hiện theo các chính sách và thủ tục của sở làm quý vị về những gì quý vị có thể hoặc không thể thực hiện.
- Nếu thân chủ khó đứng dậy, quý vị có thể giúp cho họ vững vàng, nhưng **không nâng** họ lên.

Nếu thân chủ KHÔNG THỂ đứng dậy...

- KHÔNG cố gắng nâng hoặc chuyển thân chủ.
- Đắp mềm cho thân chủ.
- KHÔNG cho ăn hoặc uống bất kỳ cái gì.
- Cần trợ giúp. Gọi ai còn tùy thuộc vào nơi quý vị làm việc.



Thực hiện theo các chính sách và thủ tục về việc té ngã mà quý vị được cung cấp – kể cả việc biết được khi nào gọi 911 và cái gì và ở đâu để xác nhận và báo cáo trường hợp té ngã.



Ánh Sáng Thích Hợp

Một thân chủ có thể cần thấp đèn sáng hơn để cải thiện nhận thức sâu sa và khả năng đọc và nhìn của họ.

Không đủ ánh sáng có thể đưa đến các mối quan ngại về an toàn chẳng hạn như làm thuốc nếu thân chủ và nhân viên khó thấy nhãn hoặc thuốc. Không đủ ánh sáng cũng có thể là một mối nguy về việc trượt và vấp.

- Đèn và thiết bị chiếu sáng trên cao nên dùng điện năng thích hợp. Một thiết bị chiếu sáng cần điện năng cao nhất để sử dụng trong thiết bị đó. Không bao giờ vượt quá điện năng được liệt kê.
- Tắt cả công vòm, hành lang và cầu thang (trên cao nhất và thấp nhất) nên được thấp sáng tốt.
- Mở đèn trước khi bước vào phòng.



Xác nhận và báo cáo bất kỳ mối nguy về chiếu sáng cho cá nhân thích hợp nơi quý vị làm việc.

Công Việc Quản Gia

Công việc quản gia tốt là một yếu tố quan trọng trong an toàn công việc. Nhiều tai nạn là kết quả trực tiếp về công việc quản gia yếu kém.



Bảo đảm quý vị biết và thực hiện theo bất kỳ chính sách và thủ tục sở làm có liên quan đến các biện pháp quản gia an toàn.

- Giữ cho sàn, hành lang, và cầu thang không có sự hỗn loạn. Khi quý vị nhìn thấy một vật gì đó có thể là một nguy cơ tiềm ẩn về trượt, vấp, ngã hoặc chấn thương, hỏi thân chủ nếu quý vị có thể bỏ hoặc chuyển vật đó đến một chỗ an toàn hơn.
- Dọn vệ sinh đằng sau bản thân quý vị.
- Đóng ngăn kéo tủ quần áo, bàn và các tủ bếp được đóng lại khi không sử dụng.
- Cát giữ hàng hóa trên kệ để chúng không lăn hoặc rơi xuống. Đặt các vật nặng trên kệ thấp hơn. Đặt hầu hết các hàng đã được sử dụng trong tầm với dễ dàng.
- Chặt vật liệu và nhu phẩm theo thứ tự để chúng không thể ngã được.
- Lau và dọn sạch sự đổ ra ngay lập tức.
- Cát giữ các sản phẩm tẩy rửa dành cho gia đình an toàn, trong thùng đựng ban đầu của chúng, và dán nhãn rõ ràng.
- Làm cho các lỗ thông sạch bụi và bừa bộn.
- Nhặt rác rưởi và bỏ vào thùng rác. Lây rác bên ngoài thường xuyên bỏ thùng rác có nắp đậy chặt.
- Giữ bếp sạch sẽ để giúp ngăn ngừa bệnh lây truyền qua thực phẩm.
- Một số xà phòng giặt có thể gây cho da quý vị hoặc thân chủ nổi mụn. Nếu quý vị thông báo điều này, quý vị có thể muốn đề nghị thay đổi bột giặt/xà phòng.



Một khu vực làm việc sạch sẽ và gọn gàng là nơi an toàn để làm việc. Quý vị ít có khả năng bị tổn thương hoặc gây tổn thương cho một thân chủ.

An Toàn Khi Sử Dụng Oxy

Oxy là phương pháp điều trị được kê toa và hóa chất nguy hiểm (oxy là một mối nguy về hỏa hoạn).



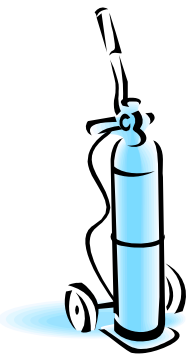
Bảo đảm quý vị biết và thực hiện theo bất kỳ chính sách và thủ tục sở làm của quý vị khi làm việc với oxy.



Để tắt cả các nguồn phát lửa hoặc phát sáng ra xa oxy.

- Cháy bùng chẳng hạn như đèn cây và lửa nấu nướng không nên gần hơn 5 feet.

- Những người hút thuốc nên ở cách xa ít nhất 25 feet và tốt nhất là trong phòng khác. Lý do khác biệt giữa ngọn lửa cháy bùng và thuốc lá là người hút thuốc không thể biết rõ điều thuốc của họ và tiến gần nguồn oxy với điều thuốc đang cháy.
- Một **thân chủ** nên tránh xa các sản phẩm dễ cháy chẳng hạn như Vaseline hoặc sản phẩm dầu nhờn khác, chất tẩy rửa móng, mỡ, dầu hoặc bình phun xịt. Một thân chủ **KHÔNG BAO GIỜ** hút thuốc trong khi sử dụng oxy.



Cất Giữ Bình Oxy

Cất giữ bình oxy chỉ ở trong khu vực thông gió tốt. Cất giữ xylanh oxy ở một bên trong giá đỡ hoặc buộc chặt vào tường. Nếu xylanh rớt, áp suất oxy thoát ra có thể tạo ra đạn hoặc mối nguy về hỏa hoạn.

Tất cả các bình đều bay một lượng oxy nhất định vào không khí xung quanh. Một phòng khép kín sẽ sớm giàu oxy và dễ cháy.

Giữ cửa mở và phòng được thông gió.

Thở trong không khí giàu oxy cũng là một mối nguy về sức khỏe. Cơ thể của chúng ta được tạo ra để thở oxy ở nồng độ giữa 19.5 - 23.5 %. Các nồng độ cao hơn hoặc thấp hơn là không lành mạnh.

Máy Tạo Oxy

Cắm máy tạo oxy trực tiếp vào ổ cắm điện trên tường. Không sử dụng dây nối dài hoặc ổ cắm điện. Các máy tạo oxy rất nhạy đối với các thay đổi về điện và có thể là đưa đến kết quả là ngừng hoạt động. Ổ cắm điện, nếu dùng quá lâu, có thể dễ dàng quá tải mạch điện. Dây nối dài, nếu quá dài, có thể dẫn đến sụt thế hoặc mối nguy về hỏa hoạn.

Hệ Thống Ống Oxy

Ống oxy hay cuộn và xoắn dẫn đến mối nguy về vấp té. Làm thẳng ống và theo một hướng nhất định thường xuyên để ngăn ngừa các mối nguy về vấp hoặc té ngã.

An Toàn Khi Sử dụng Thang

Các nhân viên LTC không được phép trèo lên thang trong một số cơ sở chăm sóc. Bảo đảm quý vị biết chính sách nơi quý vị làm việc.

- Sử dụng thang ở độ cao thích hợp cho công việc. Thang nên kéo dài tối thiểu là 3 feet qua khỏi bề mặt nơi quý vị sẽ làm việc.
- Không bao giờ đứng trên ba bậc cao nhất của thang.
- Kiểm tra thang về bất kỳ ốc vít, bản lề hoặc bậc nào bị lỏng. Thang có các phần bị gãy hoặc mất sẽ không thể hỗ trợ một cá nhân an toàn.
- Luôn hướng về phía thang khi quý vị đi lên và xuống thang. Giữ cả hai tay vào một trong hai bên thang.
- Làm sạch bất kỳ vết bùn hoặc chất lỏng nào có thể bám vào các bậc thang.



- Sử dụng thang chỉ ở trên bề mặt ổn định và bằng phẳng.
- Mở thang hoàn toàn, bảo đảm tất cả khóa được gài.
- Mang giày chống trượt, chẳng hạn như giày có đế cao su.
- Không xách tay vật nặng trên thang. Mang các công cụ lên hoặc xuống trên dây đai hoặc bằng dây thừng hoặc tời, không mang bằng tay quý vị.
- Không cố vớ quá xa để quý vị mất thăng bằng; hãy di chuyển thang.
- Không bao giờ sử dụng thang gấp ở một vị trí mở ra.
- Kim loại dẫn điện! Để thang kim loại tránh xa dòng điện và dây có dòng điện chạy qua.
- Để thang trở lại vào nơi cất giữ thích hợp của nó khi quý vị đã dùng xong nó.



Khi quý vị phải leo trèo, luôn sử dụng thang chứ KHÔNG phải là ghế, hộp, hoặc thang dùng tạm thời.

Trường Hợp Khẩn Cấp Về Hỏa Hoạn

- AFHs và BHs phải có máy dò khói và bình cứu hỏa tốt. Bảo đảm quý vị biết nơi để chúng.
- Các nhân viên LTC của HCA nên kiểm tra các máy dò khói và bình cứu hỏa. Nếu ở đó không có, đề nghị thân chủ cần phải có. Kiểm tra chúng nhiều lần trong một năm để bảo đảm chúng vẫn còn tốt. Khi thời kỳ thực hiện việc đó bắt đầu và kết thúc là lúc tốt nhất để nhớ làm việc này. Giữ thêm pin có sẵn.
- Quý vị có thể cần phải ở lại với thân chủ nếu họ hút thuốc và không thể hút một mình một cách an toàn. Việc này có thể là một mối quan ngại, ví dụ: nếu một thân chủ bị chứng mất trí, bối rối hoặc hay quên, hoặc dùng thuốc gây ra tình trạng buồn ngủ.
- Bảo đảm bếp lò tắt khi không sử dụng và bất kỳ cái gì đang nấu trên bếp không được để bỏ mặc.
- Nếu thân chủ sử dụng lò sưởi hoặc lò đốt củi gỗ, bảo đảm van khói phải mở ra trước khi nhóm lửa. Rửa soát lò sưởi là chủ yếu và cần được giữ đúng chỗ. Tro sẽ được bỏ đi chỉ khi lửa tắt và sờ vào tro thấy nguội. Sau khi làm sạch lò sưởi, lấy tro ra ngoài bỏ vào thùng đựng bằng kim loại. Không bao giờ bỏ tro vào thùng giấy hoặc để gần nhà gỗ.
- Nếu một thân chủ sử dụng thiết bị cấp nhiệt, thiết bị này nên để ở trên bề mặt bằng phẳng, cứng và không dễ cháy chẳng hạn như sàn ngói gốm. Để thiết bị này cách xa giường ngủ, màn, đồ đạc và các vật liệu dễ cháy khác ít nhất ba feet. Tắt thiết bị cấp nhiệt nếu quý vị ra khỏi khu vực này.

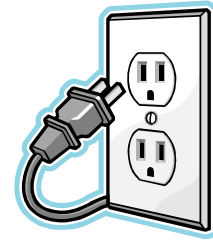
Xem mục Trường Hợp Khẩn Cấp Về Hỏa Hoạn để tìm các mẹo về những gì cần làm nếu có hỏa hoạn.



Xác nhận và báo cáo bất kỳ mối nguy về an toàn khi hỏa hoạn cho cá nhân thích hợp nơi quý vị làm việc.

An Toàn Khi Sử Dụng Điện

- Kiểm tra thường lệ thiết bị điện để biết các dấu hiệu hao mòn. Nếu dây bị cọ sòn hoặc rạn nứt, không sử dụng thiết bị này cho đến khi nó được sửa chữa hoặc thay thế.
- Nếu thiết bị có phích cắm ba chấu, hãy sử dụng nó chỉ trong ổ cắm ba lỗ. Không bao giờ đẩy nó cho vừa vào lỗ cắm hai lỗ hoặc dây nối dài.
- Bảo đảm thiết bị được nối đất và thay thế bất kỳ vỏ bọc bên ngoài mất.
- Để các thiết bị điện ra khỏi sàn ướt, chậu rửa hoặc bồn tắm.
- Bảo đảm các dây nối dài không bị cọ sòn và không kèm theo nhiều hơn tải đúng của chúng.
- Sử dụng Thiết Bị Ngắt Mạch Rò Điện (GFCI) – chúng đặc biệt quan trọng trong phòng tắm.
- Không sử dụng dây nối dài để treo đèn hoặc là dây điện tạm thời.
- Không bao giờ chạy dây nối dài dưới thảm hoặc thảm trải sàn. Sức ép từ việc bước lên có thể làm cọ sòn dây điện và làm cho chúng phát lửa.
- Ngay lập tức tắt và thay thế các công tắc đèn khi sờ vào nóng.
- Tìm kiếm đồng hồ chỉ báo các vấn đề về điện chẳng hạn như làm mờ ánh đèn, sự ngắt điện thường xuyên xảy ra, hoặc cầu chì nổ.



Xác nhận và báo cáo bất kỳ mối nguy về an toàn khi sử dụng điện cho cá nhân thích hợp nơi quý vị làm việc.

An Toàn Khi Sử Dụng Vũ Khí/Súng

Nếu một thân chủ đang sống trong nhà của riêng họ mang theo súng hoặc giữ súng quá gần sự thoải mái của quý vị, bàn về mối quan ngại của quý vị với họ. Nói với thân chủ và xem họ có thể cất giữ nó hay cất súng hoặc vũ khí khi quý vị có mặt hay không.

Nói với giám sát của quý vị hoặc cá nhân thích hợp nơi quý vị làm việc về các mối quan ngại của mình nếu không thể thực hiện một kế hoạch làm cho quý vị cảm thấy an toàn với thân chủ.

Khóa an toàn của cò súng không đặt tiền giữ cho súng không phát nổ trừ khi nó được tháo ra. Khuyến khích thân chủ mua một súng nếu họ không có. Một số cảnh sát trưởng của các sở sẽ cung cấp miễn phí khóa an toàn dành cho súng và mở các lớp an toàn khi sử dụng súng.

Trong hầu hết các trường hợp, một người bối rối, bị chứng mất trí, các loại bệnh tâm thần nào đó, hoặc đang dùng thuốc có thể dẫn đến tình trạng bối rối, sẽ không được quyền sử dụng súng hoặc vũ khí.

Nếu thân chủ đang sống trong một AFH hoặc BH, tất cả súng phải được khóa và được phép sử dụng chỉ cho những người được ủy quyền dùng súng.



Nói với cá nhân thích hợp nơi quý vị làm việc nếu quý vị quan ngại rằng một thân chủ có quyền sử dụng vũ khí và không nên. Các nhân viên HCA LTC nên báo cáo bất kỳ súng nào cho giám sát viên của họ và cần trợ giúp khi quản lý tình huống này.



An Toàn Khi Tiếp Xúc Với Vật Nuôi

Thú cưng hoặc vật nuôi ở trang trại có thể là một vấn đề về an toàn liệu chúng có là thú cưng của thân chủ hoặc sống trong vùng lân cận hay không.

Vết Cấn

Ngay cả vật nuôi thân thiện nhất cũng có thể cắn trong các tình huống nào đó và một số vật nuôi thì không thể nói trước. Các mẹo sau đây sẽ giúp cho quý vị an toàn quanh vật nuôi.

Không đến gần, vuốt ve hoặc giả định vật nuôi là thân thiện cho đến khi quý vị nhận biết chúng. Luôn hỏi chủ nhà nếu an toàn khi đến gần bất kỳ vật nuôi nào trước khi làm như vậy.

Không vuốt ve một con chó đang ngủ, ăn, đang sau hàng rào, trong xe, cột lại, hoặc có vẻ hoảng sợ, tổn thương, hoặc đe dọa.

Mèo thường cho quý vị biết khi chúng đã đủ việc vuốt ve bằng cách cắn hoặc cào. Những dấu hiệu nhất định có thể báo cho quý vị biết một cái cào hoặc cắn sắp xảy ra. Các việc này bao gồm:

- Đuôi của mèo bắt đầu giật giật.
- Tai quay trở lại hoặc đánh nhẹ tới lui.
- Mèo quay hoặc chuyển đầu của nó về phía tay quý vị.

Nếu quý vị nhìn thấy bất kỳ dấu hiệu nào trong các dấu hiệu này, giật tay quý vị ra khỏi mèo ngay lập tức, giữ im lặng, và để cho mèo đi về hướng của nó.



Đó là cách tốt nhất là liên hệ với trung tâm kiểm soát động vật và để cho họ xử lý bất kỳ chó hoặc mèo nào lạc mất hoặc hoảng sợ trong vùng lân cận.

Quý Vị Phải Làm Gì nếu Bị Cấn

Điều quan trọng nhất mà quý vị có thể thực hiện để ngăn ngừa lây nhiễm theo bất kỳ vết cấn hoặc cào nào là rửa kỹ và ngay lập tức vết thương này bằng xà phòng và nước.

Các lây nhiễm phụ có thể là một mối nguy từ các vết thương bị cắn dẫn đến nhiễm trùng khớp hoặc cơ thể nói chung – đặc biệt từ mèo. Luôn liên hệ với bác sĩ của quý vị nếu quý vị có bất kỳ thắc mắc hoặc quan ngại nào.



Báo cáo bất kỳ vết cấn nào của vật nuôi cho giám sát viên của quý vị hoặc cá nhân thích hợp nơi quý vị làm việc.

Vấp Ngã

Mèo và chó có thể trở thành mối nguy về vấp ngã. Luôn biết rõ nơi nào vật nuôi đang ở trong nhà. Nếu cần, đuổi chúng ra khỏi phòng đối với các hoạt động nào đó có thể làm quý vị hoặc thân chủ vấp ngã.

Vật Nuôi Khác

Vật nuôi ở trang trại chẳng hạn bò, heo, ngựa, gà hoặc thú cưng lạ nên được bảo đảm, rào lại bằng hàng rào hoặc nhốt trong chuồng, trước khi quý vị đến chỗ làm.

Các Hệ Thống Vệ Sinh và Mối Quan Ngại An Toàn Về Sức Khỏe Khác



Bất kỳ nhà nào quý vị làm việc nên không có mùi khó chịu, quá nhiều chất thải của vật nuôi, sự lây nhiễm của thú cưng, và loài gặm nhấm. Nếu đây không phải là trường hợp hoặc quý vị quan ngại về quý vị hoặc sự an toàn và sức khỏe của thân chủ, hãy liên hệ với giám sát viên của quý vị hoặc cá nhân thích hợp nơi quý vị làm việc.



Chăm sóc thú cưng không phải là một phần trách nhiệm công việc của quý vị là một nhân viên LTC.



Luôn rửa tay quý vị sau khi tiếp xúc với thú cưng.

Vệ sinh tốt và các hệ thống vệ sinh thích hợp làm giảm thiểu các cơ hội mà thú cưng sẽ lây nhiễm qua người hoặc các vật nuôi khác có ký sinh trùng hoặc bệnh lây nhiễm. Không nên có chất thải của thú cưng trên sàn, chảy tràn trong các thùng rác, hoặc để mặc trong sân.

Khuyến khích một thân chủ:

- Thu gom và vứt bỏ chất thải của thú cưng thường lệ và thích hợp. Lượng chất thải ít được vứt bỏ tốt nhất với rác rưởi đều đặn hoặc đội xuống bồn cầu.
- Không cho phép các vật nuôi đến gần hoặc ở những nơi chuẩn bị thức ăn.
- Xử lý bất kỳ sự phá hoại nào của thú cưng đối với sự thoải mái và an toàn cho vật nuôi và con người.

Trong các trường hợp hiếm hoi, một thân chủ có thể không còn khả năng cung cấp các tiêu chuẩn tối thiểu về việc chăm sóc nhu cầu của vật nuôi. Cần trợ giúp cho bất kỳ vật nuôi nào trong nhà mà không thể dùng thức ăn, nước, hoặc nơi ở, bị bệnh nặng không thể điều trị được, hoặc đang bị tổn hại về thể chất. Một vật nuôi bị bỏ mặc hoặc lạm dụng không thể chỉ làm vào cảnh nguy hiểm – nhưng nguy hiểm. Báo cáo các quan ngại của quý vị cho giám sát viên của mình hoặc cá nhân thích hợp nơi quý vị làm việc.



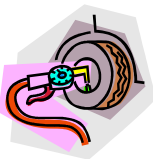
Trong trường hợp lạm dụng, trung tâm kiểm soát động vật cũng nên được thông báo.

Các yêu cầu đặc biệt phải được đáp ứng cho vật nuôi đang sống hoặc thăm viếng một AFH hoặc BH.

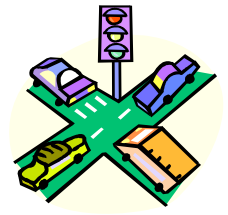
An Toàn Khi Lái Xe

An toàn khi lái xe có hoặc không có thân chủ.

- Thất đại an toàn của quý vị. Đó là luật trong Washington đối với một lý do rất chính đáng. Những người lái xe bị văng ra khỏi xe 25 lần có nhiều khả năng tử nạn.
- Không bao giờ lái xe khi dùng rượu bia hoặc các chất kích thích khác. **40% trong tất cả tai nạn tử vong đều liên quan đến rượu bia.**
 - Kiểm tra lốp xe của quý vị do hao mòn hư hỏng bình thường gây ra. Lốp xe hỏng hoặc do bơm căng dẫn đến nhiều tai nạn có thể ngăn chặn được. Lốp xe xấu có thể cũng dẫn đến tai nạn. Chuẩn bị lốp xe có độ bám tốt để đi khi có tuyết và băng.
 - Thực hiện theo lịch bảo dưỡng xe được đề nghị. Bảo đảm động cơ, thắng, bánh lái, bộ chống sóc, đèn, còi, và cần gạt nước đang hoạt động tốt.
- Chạy chậm lại! 30% trong số tất cả các tai nạn tử vong liên quan đến việc vượt quá tốc độ.



- Không đến gần! Đối với mỗi tốc độ 10 miles, quý vị cần chiều dài một xe giữa quý vị và xe kế tiếp. Ví dụ: nếu quý vị đang lái 60 MPH quý vị cần chiều dài 6 xe để có thể ngừng lại trước lúc ngăn chặn tai nạn.
- Phải hết sức đề phòng ở các ngã tư. Một số người lái xe tưởng việc dừng lại khi đèn đỏ và các dấu hiệu dừng lại là không bắt buộc.
- Giảm thiểu các sao lãng và tập trung trong việc lái xe của quý vị. Trang điểm, nói chuyện hoặc ăn vặt có thể làm quý vị sao lãng và góp phần gây ra tai nạn.
- Lái về phía bờ đường để gọi điện thoại hoặc trả lời điện thoại di động của quý vị. Sử dụng điện thoại cầm tay trong khi lái xe là trái luật.
- Không lái xe trong khi buồn ngủ. Ngủ đầy đủ. Lái xe về phía bờ đường và tranh thủ chớp mắt một lát nếu cần. Cà phê chỉ là một giải pháp tạm thời.



Lái xe cẩn thận! Nguyên nhân # 1 về các trường hợp tử vong ở nơi làm việc tại Hoa Kỳ là các tai nạn xe mô tô.



Bạo Hành ở Nơi Làm Việc

Là một nhân viên LTC, quý vị cần biết rõ sự tiềm ẩn về hành vi bạo hành hoặc tấn công, biết cách để giảm thiểu các hành vi này, và cách thức giữ an toàn cho quý vị và những người khác nếu hành vi này xảy ra.

Là một nhân viên LTC, quý vị có thể thấy bạo hành hoặc tấn công:

- Do một thân chủ hoặc người nào đó trong nhà chống lại quý vị, các thân chủ khác, hoặc nhân viên khác.
- Giữa những người khác trong nhà chẳng hạn như lạm dụng vợ/chồng.
- Trong hàng xóm của thân chủ.

Luôn cảnh giác và biết rõ những gì đang xảy ra xung quanh quý vị. Có sự am hiểu và dự định cho những gì quý vị muốn thực hiện nếu bạo hành xảy ra.



AFHs và BHs có một kế hoạch bằng văn bản cho các hành động mà quý vị phải thực hiện:

- Nếu thân chủ trở nên bạo hành.
- Để bảo vệ các thân chủ khác.
- Khi các thành viên nhóm chăm sóc khác nên tham gia.

Một thân chủ có một quá trình về hành vi tấn công hoặc bạo hành thì việc này sẽ được xác nhận trong kế hoạch chăm sóc của họ. Sẽ có các chiến lược hợp lý được liệt kê có thể trợ giúp ngăn chặn các hành vi có vấn đề.



Xác nhận và báo cáo bất kỳ sự cố nào về bạo hành cho cá nhân thích hợp nơi quý vị làm việc. Tùy theo tình huống, việc này cũng có thể mời đến báo cáo như là một báo cáo viên bắt buộc cho đường dây nóng về tình trạng lạm dụng của DSHS và cơ quan công lực.

Nơi để báo cáo tình trạng lạm dụng

Để báo cáo tình trạng lạm dụng chưa được giải quyết cho DSHS về một người lớn yếu thế đang sống trong:

- **Một nhà tập thể dành cho người lớn hoặc nhà an dưỡng: gọi 1-800-562-6078**
- **Nhà riêng của họ, gọi 1-866-363-4276.**

Hành vi và thái độ có khả năng xảy ra

Những hành động sau đây là các hành vi và thái độ có khả năng xảy ra có thể là các dấu hiệu cảnh báo một người có thể trở nên tấn công hoặc bạo hành quá mức:

- Lạm dụng ma túy hoặc rượu bia.
- Một quá trình bạo hành hoặc giận dữ không kiểm chế được.
- Âm ảnh hoặc chăm chú vào các nỗi sợ hãi bất công hoặc phi hiện thực.
- Khiến trách những người khác về các vấn đề.
- Nghi ngờ, hằn học.
- Nói về các kế hoạch chi tiết bạo hành.
- Sự mê hoặc vũ khí.
- Cố ý làm hoảng sợ mọi người.
- Tâm trạng thay đổi nhanh chóng có vẻ bất ổn.
- Sự thay đổi lớn mới đây về hành vi hoặc sự xuất hiện hoặc rút lui khỏi các hoạt động thông thường, gia đình và bạn bè.

Các dấu hiệu cảnh báo có khả năng xảy ra

Một số dấu hiệu cảnh báo sớm mà một người có thể trở nên hung hăng hoặc bạo hành có thể bao gồm:

- Cao giọng.
- Bắt tay hoặc siết chặt tay.
- Đâm chọc bằng các ngón tay hoặc thọc mạnh bằng ngón tay.
- Lo âu quá mức.
- Bước quá mức.
- Cẩn thận hoặc nhìn trừng trừng giận dữ quý vị.

Xử Lý Hành Vi Tấn Công hoặc Bạo Hành

Không bao giờ giảm thiểu mối đe dọa hoặc cảm giác thâm kín của riêng quý vị mà một cái gì đó “không còn nữa”. Tin tưởng vào bản năng của chính quý vị nếu quý vị cảm thấy khó chịu.

Đó là cách tốt nhất để sớm trả lời nếu quý vị quan ngại về việc tấn công hoặc bạo hành. Trước tiên, thẩm định nguy cơ về mối đe dọa tiềm ẩn của quý vị. Một người đang ở trong tình trạng nguy khốn bị tấn công bằng thể chất có ba chọn lựa. Họ có thể tấn công, rút lui, hoặc dàn xếp. Mục tiêu của quý vị hiểu được con người này để rút lui hoặc dàn xếp.

Loại Trừ Các Lý Do Khác về Hành Vi Bạo Hành

Hành vi bạo hành hoặc tấn công bất ngờ, không giải thích có thể được gây ra bởi một phản ứng ngược hoặc tác dụng phụ từ thuốc, nhiễm trùng đường tiểu không chẩn đoán được hoặc các nhiễm trùng khác, hay thậm chí bệnh tật hoặc tình trạng sức khỏe của thân chủ.

Luôn bắt đầu bằng cách loại bỏ một lý do y tế về hành vi.

Để bảo đảm an toàn cho quý vị và thân chủ, luôn làm việc với các thành viên khác của nhóm chăm sóc để bảo đảm thân chủ được quan tâm về y tế khi cần.

Nếu quý vị **KHÔNG** nghĩ quý vị lâm vào tình trạng nguy hiểm:

- Giữ bình tĩnh và kiểm soát các hồi đáp của quý vị.
- Nhắc nhở người này rằng quý vị là bạn và ở đó để trợ giúp.

- Nói chuyện điềm tĩnh. Chỉ rõ mong muốn của quý vị để lắng nghe và thấu hiểu vấn đề hoặc tình huống.
- Thông qua cảm giác của người này nhưng không bỏ qua hoặc tăng cường tích cực các hành vi về hành động thái quá.
- Không sử dụng ngôn ngữ cử chỉ hung hăng chẳng hạn như khoanh tay hoặc chỉ tay. Di chuyển chậm.
- Cố gắng không đứng quá gần hoặc bên trên người này, nếu có thể. Nếu quý vị có một lối thoát, hãy ngồi xuống.
- Không đặt tay quý vị lên bất kỳ người nào đang giận dữ.
- Thiết lập các giới hạn thích hợp dành cho một người chứng tỏ các hành vi đe dọa hoặc thiếu tôn trọng. Nói cho họ biết rằng hành vi này quấy rầy quý vị và quý vị muốn việc đó ngưng lại.
- Hoạch định một chiến lược thoái thoát nếu sự giận dữ tăng lên một mức nguy hiểm.
- Sớm trả lời nếu quý vị quan ngại về sự tấn công hoặc bạo hành!



Trách nhiệm của quý vị phải biết các thủ tục gì là trong các trường hợp này và thực hiện theo.

Nếu quý vị cảm thấy quý vị đang **lâm vào tình trạng nguy hiểm hoặc bạo hành gần như sẽ xảy ra:**

- Tìm một cách để tự cáo lỗi (“điện thoại của tôi đang reo và tôi phải trả lời bên ngoài” hoặc “Tôi đã bỏ một cái gì đó quan trọng trong xe của tôi”) và rời khỏi phòng/khu vực.
- Không quay lưng của quý vị lại với người này. Di chuyển dần dần về phía sau.
- Tránh các vị trí nguy hiểm tiềm năng chẳng hạn như đầu thang hoặc các nơi mà đồ đạc hoặc các vật khác có thể được sử dụng như là vũ khí.
- Cần trợ giúp ngay khi quý vị không tránh được tình huống này.
- Gọi 911 nếu bất kỳ người nào đang lâm vào tình cảnh nguy hiểm trực tiếp.



Quý vị sẽ được yêu cầu điền vào báo cáo sự cố nếu đang làm việc trong AFH hoặc BH. Các nhân viên HCA sẽ cần thực hiện theo các chính sách và thủ tục của cơ quan họ để xác nhận và báo cáo.

Chứng Kiến hoặc Nghi Ngờ Bạo Hành Về Phía Thân Chủ

Nếu quý vị chứng kiến bạo hành về phía thân chủ hoặc có lý do chính đáng để nghi ngờ điều đó, quý vị là một báo cáo viên bắt buộc về tình trạng lạm dụng và được yêu cầu bởi luật pháp để báo cáo tình trạng này. Để báo cáo tình trạng khả nghi lạm dụng cho DSHS về một người lớn yếu thế đang sống trong AFH hoặc BH gọi 1-800-562-6078 hoặc 1-866-363-4276 nếu người này sống trong nhà riêng của họ.

Nếu quý vị nghi ngờ hoặc chứng kiến cuộc tấn công thể chất hoặc tình dục, quý vị cũng phải báo cáo cho cơ quan công lực biết.



Nếu quý vị nghĩ một thân chủ hoặc bất kỳ người nào khác đang lâm vào tình trạng nguy hiểm, hãy gọi 911.



2. Ngăn Chặn Sự Lan Truyền Lây Nhiễm và Bệnh Tật

Là một nhân viên LTC, quý vị phải bảo vệ thân chủ và bản thân quý vị thoát khỏi việc lan truyền lây nhiễm và bệnh tật. Thân chủ yếu đuối, lớn tuổi, hoặc hệ miễn dịch suy yếu có thể bị lây nhiễm dễ dàng hơn. Đối với họ, các lây nhiễm có thể dẫn đến những vấn đề nghiêm trọng hoặc hiểm nghèo.

Vi trùng là các sinh vật gây ra lây nhiễm bằng cách xâm nhập vào trong cơ thể và phát triển. Vi trùng lan truyền từ người này sang người khác. Kiểm soát lây nhiễm ngăn chặn các vi trùng có hại khỏi xâm nhập vào cơ thể.



Ngăn chặn vi trùng trước khi chúng xâm nhập vào cơ thể hoặc có thời gian lan truyền.

Để kiểm soát việc lan truyền:

- Rửa tay quý vị
- Sử dụng găng tay dùng một lần và thiết bị bảo hộ cá nhân khác (PPE) khi cần (các phòng ngừa chuẩn).
- Làm sạch và tẩy uế để diệt vi trùng trước khi chúng có thể gây hại.
- Tổng khử an toàn chất thải ô nhiễm.

Rửa Tay Quý Vị

Rửa tay là biện pháp phòng ngừa tốt nhất chống lại sự lây lan. Quý vị sẽ rửa tay của quý vị nhiều lần trong một ngày.

Luôn rửa tay quý vị:

Trước Khi

- Tiếp xúc với một thân chủ
- Ăn
- Chuẩn bị thức ăn
- Đeo găng tay

Sau Khi

Tiếp xúc với:

- o một thân chủ
- o các chất dịch cơ thể
- o các chất ô nhiễm
- o các thú cưng
- Sử dụng nhà vệ sinh
- Bỏ găng tay hoặc quần áo bảo hộ
- Hỉ mũi, hắt hơi, ho
- Dọn dẹp
- Hút thuốc

Safety Proper Handwashing Guidelines

- 1) Make sure you have everything you need at the sink.
 - liquid soap
 - paper towels
 - trash can
- 2) Turn on warm water.
 - Keep warm water running while washing your hands.
- 3) Rub palms together to make lather. Scrub between fingers and entire surface of hands and wrists.
 - Clean fingernails by rubbing the tips of your fingers against your palms.
 - scrub wrists
 - Scrub hands for at least 20 seconds.
- 4) Rinse hands thoroughly.
 - Point fingers down so water does not run up your wrists.
- 5) Dry hands with clean towel.
 - Use hand lotion if available, to prevent chapping.

Handwashing is the most important infection control skill

Rửa tay của quý vị bằng xà phòng và nước là cách tốt nhất để ngăn ngừa bệnh tật.



Đeo Găng Tay Dùng Một Lần

Găng tay phải được đeo vào khi quý vị:

- Có da tiếp xúc trực tiếp với máu, các chất dịch cơ thể, hoặc màng nhầy của người khác.
- Xử lý những thứ bị nhiễm vi trùng chẳng hạn như giấy vệ sinh, quần áo lót dùng một lần, hoặc quần áo hoặc vải lanh bị vấy bẩn.
- Tiếp xúc với thân chủ có vết thương hở.
- Dọn sạch các chất dịch cơ thể.
- Trợ giúp thân chủ đi vệ sinh hoặc các nhiệm vụ chăm sóc cá nhân khác.
- Có tay bị nẻ, đứt, tróc, hoặc chứng viêm da.

Găng tay dùng một lần giúp kiểm soát bệnh lây nhiễm

- Biết cách đeo và tháo găng tay đúng cách.
- Bảo đảm găng tay dễ tìm thấy khi quý vị cần chúng.
- Không bao giờ sử dụng lại găng tay.

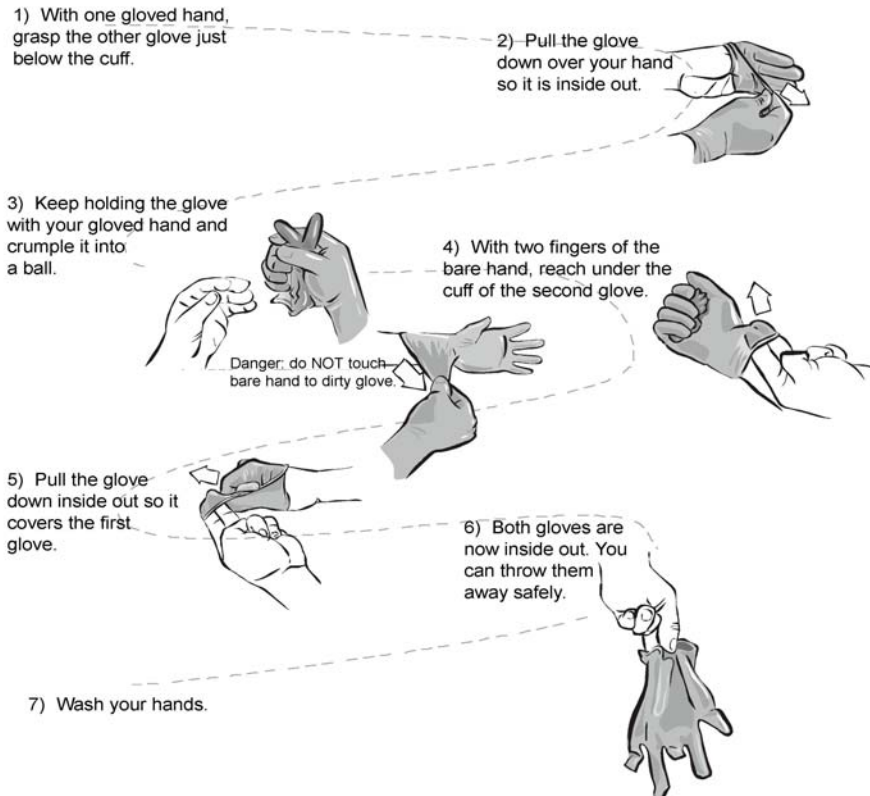
Đeo găng tay mới mỗi lần quý vị chăm sóc.



Safety

How to Remove Gloves Safely

Assume that all used gloves are contaminated. When you remove them, follow these steps so that the outside of the gloves does not touch your bare skin.



Never let the outside of a used glove touch your skin.

Bảo Vệ Bản Thân Quý Vị Khỏi Bị Các Bệnh Truyền Bằng Đường Máu

Mặc dù nguy cơ của quý vị về việc tiếp xúc với bệnh truyền qua đường máu ở nơi làm việc là ít, nhưng nó vẫn còn tồn tại.

Bệnh truyền qua đường máu chẳng hạn như Viêm Gan Siêu Vi B (HBV) và Viêm Gan Siêu Vi C (HCV), và Vi Rút Gây Suy Giảm Miễn Dịch Ở Người (HIV), đã thay đổi cách thức mà các nhân viên LTC làm việc.

Bảo vệ bản thân quý vị khỏi bị các bệnh truyền qua máu dựa vào công việc quý vị cần phải biết những yếu tố về cách lây lan các bệnh truyền qua đường máu, rửa tay của quý vị, và thực hiện một số phòng ngừa chuẩn hợp lý khác.



QUÝ VỊ CÓ THỂ BẢO VỆ BẢN THÂN QUÝ VỊ KHỎI BỊ CÁC BỆNH TRUYỀN QUA ĐƯỜNG MÁU.

Các Phòng Ngừa Chuẩn

Các Phòng Ngừa Chuẩn là các biện pháp chuẩn được sử dụng để bảo vệ quý vị và các thân chủ không bị phơi nhiễm các bệnh truyền qua đường máu.

Vi trùng và bệnh tật có thể xâm nhập vào cơ thể khi các chất dịch cơ thể hoặc máu tiếp xúc với vết thương, vết cắt, vết đứt trên da của quý vị.

LUÔN sử dụng Các Phòng Ngừa Chuẩn trong **MỖI** tình huống có thể liên quan đến khả năng tiếp xúc với máu hoặc các chất dịch cơ thể khác.

Các phòng ngừa chuẩn nên được sử dụng cho mỗi thân chủ.

Các phòng ngừa chuẩn bao gồm rửa tay của quý vị, đeo găng tay dùng một lần và PPE khác, làm sạch và tẩy uế môi trường, các bước giặt ủi đặc biệt sau đây, loại bỏ thích hợp chất thải ô nhiễm và xử lý kim tiêm và vật nhọn đúng cách.



Xử lý toàn bộ máu hoặc chất dịch cơ thể là lây nhiễm tiềm ẩn.

Thiết Bị Bảo Hộ Cá Nhân (PPE)

Luôn đeo găng tay để bảo vệ tay của quý vị khi tiếp xúc trực tiếp với máu hoặc các chất dịch cơ thể. Ngay cả các vết rách hoặc nứt nhỏ trên da từ các bệnh thông thường như chứng viêm da, chốc xước mang rô, mụn trứng cá, các lớp biểu bì nứt nẻ hoặc bị rách có thể là con đường cho vi rút xâm nhập vào cơ thể quý vị. Tháo bỏ găng tay sau khi sử dụng và rửa tay của quý vị.

Sử dụng thêm PPE còn tùy thuộc vào việc tiếp xúc được biết trước. Trang bị này có thể là:

- Áo dài để bảo vệ da và quần áo của quý vị.
- Mặt nạ để bảo vệ miệng hoặc mũi của quý vị.



Định Nghĩa

Bệnh truyền qua đường máu - bệnh do vi trùng lan truyền qua việc tiếp xúc với máu hoặc các chất dịch cơ thể chẳng hạn như nước tiểu, phân, chất nôn mửa, tinh dịch và các chất tiết ra từ âm đạo.

Thiết Bị Bảo Hộ Cá Nhân (PPE)- Thiết bị hoặc quần áo chẳng hạn như găng tay, áo dài hoặc mặt nạ, được thiết kế để ngăn ngừa tổn thương hoặc bệnh tật từ một môi nguy cụ thể ở nơi làm việc.

Các Phòng Ngừa Chuẩn - các biện pháp chấp nhận được sử dụng để ngăn chặn lây nhiễm từ bệnh truyền qua đường máu.

Bị ô nhiễm - dơ, hoặc có máu hoặc các chất dịch cơ thể dính vào.

Hệ miễn nhiễm - những gì cơ thể sử dụng để chống lại bệnh lây nhiễm.

- Kính đeo mắt để bảo vệ mắt của quý vị.
- Tấm che mặt để bảo vệ mặt, miệng, mắt và mũi quý vị.



Nguy cơ về việc truyền nguồn bệnh truyền qua đường máu cho quý vị là một nhân viên LTC là quá nhỏ nếu các phòng ngừa chuẩn được sử dụng.

Làm Sạch và Tẩy Uế Máu và Các Chất Dịch Cơ Thể

- Đeo găng tay để bảo vệ tay của quý vị. Tránh xé găng tay của quý vị bằng bất kỳ thiết bị nào.
- Sử dụng khăn giấy dùng một lần để thấm nhanh nhiều máu.
- Tẩy uế bằng một giải pháp tẩy uế thích hợp chẳng hạn như mười phần nước với một phần chất tẩy.
- Sau khi làm sạch, tẩy uế giẻ lau sàn và thiết bị làm sạch khác.
- Tháo găng tay ra và bỏ chúng.
- Bỏ tất cả khăn và chất thải ô nhiễm vào trong một thùng đựng được mã màu và đóng kín hoặc thùng kín được dán nhãn. Túi đôi chứa tất cả vật liệu ô nhiễm được vứt bỏ.
- Rửa tay của quý vị khi hoàn thành các nhiệm vụ.



Loại bỏ những vật ô nhiễm một cách an toàn

- Đeo găng tay dùng một lần khi thu nhặt các vật ô nhiễm.
- Bỏ bất kỳ chất thải ô nhiễm nào vào trong một túi rác siêu công dụng và buộc chặt.
- Bỏ túi này vào trong túi rác khác, buộc lại, và dán nhãn “Mối nguy sinh học”.



Loại bỏ chất thải đúng cách là một phần kiểm soát bệnh lây nhiễm



Đeo găng tay và sử dụng PPE khác cần thiết khi quý vị làm sạch các bề mặt bị vấy bẩn máu hoặc các chất dịch cơ thể khác.

Nếu quý vị tiếp xúc với máu hoặc các chất dịch cơ thể

Nếu quý vị tiếp xúc với máu hoặc các chất dịch cơ thể khác:

- **Trên da của quý vị: RỬA ngay lập tức** bằng xà phòng không có chất bào mòn và nước.
- **Trong mắt của quý vị: DỌI NƯỚC ngay lập tức** bằng nước đang chảy trong 5 phút vào mỗi mắt ở chậu rửa hoặc ở vòi nước rửa mắt.



Nếu quý vị:

- Bị một vết đâm của kim tiêm hoặc vết thương của lỗ chích, rửa kỹ bằng xà phòng và nước hoặc đổ một ít nước oxy già vào vết thương. Chăm sóc y tế để biết thêm về sự việc.
- Có bất kỳ vùng hở nào trên cơ thể quý vị chẳng hạn như một vết cắn, cào xước, hoặc thương tổn có thể đã tiếp xúc với máu hoặc các chất dịch cơ thể, rửa kỹ vùng này bằng xà phòng và nước hoặc đổ một ít nước oxy già vào vết thương. Chăm sóc y tế để biết thêm về sự việc.



Báo cáo về việc tiếp xúc

Có các hướng dẫn cụ thể quý vị phải biết và thực hiện theo nếu quý vị không được bảo vệ khi tiếp xúc với máu hoặc các chất dịch cơ thể khác trong công việc của quý vị. Trách nhiệm của quý vị phải biết người nào quý vị liên hệ và các thủ tục cơ bản mà quý vị thực hiện theo.





Chủng ngừa Siêu Vi Gan B (HBV)

Tùy thuộc vào nơi làm việc của quý vị và trách nhiệm công việc của quý vị, sở làm của quý vị có thể cho quý vị chủng ngừa HBV miễn phí nếu quý vị chọn lựa chủng ngừa. Chủng ngừa bảo vệ quý vị chống lại siêu vi HBV. Một loạt ba mũi bắt đầu với mũi đầu tiên và sau đó một lần nữa trong một và sáu tháng.

Mối Nguy Về Tiếp Xúc Khác

Quý vị có thể tiếp xúc với các bệnh truyền qua đường máu trong khi làm vệ sinh hoặc làm các nhiệm vụ trong nhà của một thân chủ. Máu, cho dù quý vị không thể nhìn thấy, có thể là hầu hết mọi nơi mà quý vị phải làm sạch chẳng hạn như nhà vệ sinh, chậu rửa, quần áo đưa giặt hoặc thùng rác.

Quần áo đưa giặt

Quần áo đưa giặt có thể che đậy các vật ô nhiễm chẳng hạn như khăn trải giường dính máu hoặc vấy bẩn, quần áo, giẻ rách hoặc các vật nhọn ô nhiễm.



Bảo vệ bản thân quý vị khi xử lý quần áo đưa giặt.

- Đeo găng tay
- Luôn giữ và mang nó vào lúc đầu. Không bao giờ đặt một tay ở phía dưới để đỡ.
- Tháo găng tay ra và rửa tay của quý vị trước khi xử lý quần áo đưa giặt sạch sẽ.

Loại bỏ chất thải ô nhiễm

Bỏ rác và chất thải đúng cách là một phần kiểm soát lây

Có ba loại chất thải là:

1. Rác thông thường hoặc đồ rác rưởi.
 - Không bao giờ đặt chân hoặc tay của quý vị vào thùng rác để nén chặt rác.
2. Chất thải ô nhiễm: Có thể bất kỳ vật gì đang bắt đầu tiếp xúc với máu hoặc các chất dịch cơ thể.
 - Tách chất thải ô nhiễm ra khỏi rác thông thường.
3. Các vật nhọn: ống tiêm, dao cạo, đầu kim chích máu từ đầu ngón tay, hoặc các vật khác có lưỡi nhọn.
 - Không bao giờ bỏ các vật nhọn vào một giỏ rác hoặc thùng rác thông thường.

Sử dụng tất cả thiết bị và nhu phẩm có dịch vụ riêng và dùng một lần chỉ một lần được nhà sản xuất nêu rõ.

Các quy định loại bỏ đúng cách các thùng đựng vật nhọn thay đổi theo hạt và/hoặc công ty đổ rác. Kiểm tra với Phòng Y Tế địa phương hoặc giám sát viên của quý vị nếu cần thêm thông tin.



Không có các vật nhọn trong túi rác

- Bỏ tất cả “các vật nhọn” trong một thùng đựng vật nhọn bằng nhựa cứng đặc biệt. Loại thùng đựng được sử dụng còn tùy thuộc vào nơi quý vị làm việc.
- Không bao giờ bỏ các vật nhọn vào trong một túi rác thường hoặc bỏ trực tiếp vào trong thùng rác - các vật nhọn có thể đâm vào da của một người nào đó và truyền vi trùng qua.



Loại bỏ an toàn ngăn chặn tổn thương và lây nhiễm.

Vệ Sinh và Tẩy Uế

Ngăn chặn việc lây lan bằng cách làm sạch khi quý vị đi. Điều này đặc biệt quan trọng trong phòng tắm và nhà bếp.



Sẽ có lịch làm vệ sinh nơi quý vị làm việc. Trách nhiệm của quý vị phải biết những vì về lịch làm vệ sinh đó là và thực hiện theo.

Mẹo Dọn Dẹp:

- Làm sạch khu vực bếp và nhà tắm bằng xà phòng và nước để rửa sạch dơ bẩn và vi trùng.
- Tẩy uế bằng một sản phẩm tẩy uế.
- Lưu ý: Một chất tẩy uế có thể được làm bằng cách trộn một muỗng cà phê chất tẩy với một galông nước. Giải pháp tẩy uế chỉ tốt trong 24 giờ.
- Đeo găng tay dùng trong nhà khi dọn dẹp.
- Dội các chất lỏng cơ thể và nước dơ được dùng để làm cho sạch nhà vệ sinh.
- Rửa bát đĩa dơ bằng xà phòng và nước nóng. Rửa bằng nước nóng đang chảy, và sấy khô. Để bát đĩa đúng chỗ khi khô.



Làm cho cuộc sống khổ cực vì vi trùng

- Giữ bề mặt sạch sẽ và khô ráo - vi trùng cần ẩm ướt để tăng trưởng.
- Đưa vào nhiều không khí trong lành và ánh sáng mặt trời - vi trùng thích bóng tối.
- Làm sạch việc đổ ra ngay lập tức - vi trùng cần thực phẩm để tăng trưởng.

Biết những gì vi trùng cần để tăng trưởng

Làm Việc Với Các Hóa Chất Dùng Trong Nhà

Duy trì một môi trường vệ sinh giúp ngăn ngừa bệnh tật. Làm sạch và tẩy uế bề mặt nhà bằng một chất sát trùng chẳng hạn như chất tẩy. Thực hiện theo các hướng dẫn của nhà sản xuất khi sử dụng. Không thực hiện giải pháp nào mạnh hơn những chất nào được đề nghị.

Nhãn Hiệu Sản Phẩm

Luôn xem xét nhãn hiệu sản phẩm trước khi sử dụng. Nhãn sản phẩm chỉ rõ một sản phẩm độc hại hoặc nguy hiểm như thế nào. Tìm kiếm các câu đề phòng, cảnh báo, và sự nguy hiểm.

- **Đề Phòng** có nghĩa là một sản phẩm có thể gây tổn thương cho quý vị. Có thể làm phồng da của quý vị, khiến cho quý vị bị bệnh nếu quý vị hít thở khói, hoặc đau mắt của quý vị nếu việc tiếp xúc xảy ra.
- **Cảnh Báo** là nghiêm trọng hơn đề phòng và có nghĩa là quý vị có thể trở bệnh hoặc đau nặng khi xử lý sản phẩm không đúng cách. Cũng nhận ra các sản phẩm này có thể dễ dàng bắt lửa.
- **Nguy Hiểm** chỉ ra mối quan ngại nghiêm trọng. Cẩn thận hết sức khi xử lý các sản phẩm có ghi cảnh báo nguy hiểm trên nhãn hiệu. Nếu sử dụng sai, quý vị có thể trở bệnh rất nặng.

Không bao giờ gỡ bỏ các nhãn sản phẩm. Bên cạnh các cảnh báo này, cũng có thông tin xử lý trường hợp khẩn cấp nghiêm trọng.



Mẹo Làm Việc Với Các Hóa Chất Dùng Trong Nhà

- Không bao giờ trộn hai loại chất tẩy rửa khác nhau cùng với nhau, đặc biệt các sản phẩm có chứa ammoniac và chất tẩy trắng.

Trộn chất tẩy với ammoniac tạo ra khí nguy hiểm có thể dẫn đến vấn đề nghiêm trọng về hô hấp và có khả năng gây tử vong nếu hít vào lượng lớn.

- Khi làm việc với các chất tẩy rửa bếp lò hoặc chất tẩy mùi cống luôn đeo găng tay và kính an toàn. Không hít thở khói. Bảo đảm khu vực làm việc được thông gió tốt.



Sử dụng các chất hóa học dùng trong nhà ở các khu vực thông gió tốt.

- Khi làm việc với các chất tẩy rửa nhiều công dụng, luôn đeo găng tay cao su để bảo vệ da của quý vị.
- cất giữ các sản phẩm nguy hiểm ở nơi khô ráo, tránh xa đèn hường dẫn, bếp lò, hoặc máy nước nóng.
- Chất thành đông các sản phẩm để chúng không thể bị đổ.
- Không hút thuốc khi sử dụng các sản phẩm tẩy rửa dễ cháy.
- Ngưng sử dụng một sản phẩm nếu quý vị thấy chóng mặt, nôn nao trong dạ dày, hoặc biểu hiện nhức đầu.

Nếu Quý Vị Bị Dính Các Hóa Chất Trên Người

Thường thường, nếu quý vị bị dính các hóa chất trên người, hãy rửa hoặc chải sạch bột, chất lỏng, gel hoặc bột nhão và sau đó rửa nhẹ nhiều nước.

Nếu quý vị có bất kỳ thắc mắc nào về mối nguy hiểm của hóa chất, không chắc chắn đó là những gì, hoặc có các triệu chứng đáng kể, hãy đi đến ngay lập tức phòng cấp cứu của bệnh viện gần nhất, gọi cho nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe, hoặc tùy thuộc vào tình huống của quý vị, 911.

Nếu quý vị bị dính hóa chất vào mắt của quý vị, bắt đầu rửa mắt của quý vị ngay lập tức 15 phút. Hóa chất càng ở lâu trong mắt quý vị, tổn hại xảy ra càng nhiều. Rửa sạch bất kỳ hạt nào có thể đã ở trong hóa chất là cực kỳ quan trọng.

Dù có thể không dễ chịu, hãy mở mí mắt của quý vị càng lớn càng tốt, quý vị rửa nhẹ (các) mắt của quý vị. Có thể quý vị muốn rửa mắt bằng một vòi sen. Việc rửa đầu tiên là sự an toàn thiết yếu của quý vị.

Hãy nhớ thuốc là các hóa chất nhỏ có tác động mạnh. Một số thuốc có thể nguy hiểm nếu quý vị bị dính vào da của quý vị, hít chúng vào, hoặc dính vào tay của quý vị và sau đó tiếp xúc thực phẩm hoặc đồ dùng.

Khi Quý Vị Bị Bệnh

Không truyền cho thân chủ vi trùng của quý vị nếu quý vị bị bệnh lây nhiễm chẳng hạn như cúm. Nếu quý vị bị bệnh lây nhiễm, đừng đi làm.

Hãy nhớ, nhiều thân chủ yếu đuối và có các hệ miễn nhiễm suy yếu. iều này dễ dàng làm cho thân chủ bị bệnh và có thể dẫn đến biến chứng nghiêm trọng.



Truy cập các trang web Hiệp Hội Các Trung Tâm Kiểm Soát Độc Tố Hoa Kỳ để biết thêm thông tin an toàn về độc tố.

www.aapcc.org



Gọi cho giám sát viên của quý vị hoặc cá nhân được chỉ định khác nơi quý vị làm việc ngay khi có thể quý vị biết mình bị bệnh và không thể đi làm. Cho họ nhiều thời gian để có thể tìm người thay thế cho quý vị ở ca làm việc đó.



Biết ai để gọi nếu quý vị không thể đi làm được. Có tất cả số điện thoại liên hệ quan trọng với quý vị tại nhà.



4. Chuẩn Bị và Xử Lý Các Trường Hợp Khẩn Cấp

Là một nhân viên LTC, quý vị phải luôn chuẩn bị để xử lý các trường hợp khẩn cấp. Trong một số cơ sở chăm sóc, quý vị có thể là người duy nhất để giúp đỡ vào lúc khẩn cấp.



Sở làm của quý vị có các chính sách và thủ tục mà quý vị phải thực hiện theo trong các trường hợp khẩn cấp hoặc thiên tai. Ngoài ra, bất kỳ yêu cầu cụ thể nào cho một thân chủ trong thời gian khẩn cấp được xác nhận trong kế hoạch chăm sóc của họ.

Quý vị cần biết:

- Những gì quý vị sẽ thực hiện, và trong một số trường hợp thì không thực hiện, trong các kiểu khẩn cấp khác nhau
- Quý vị liên hệ với ai hoặc làm việc trong và sau trường hợp khẩn cấp được kiểm soát.
- Cách tốt nhất để giữ mọi người, bao gồm bản thân quý vị, an toàn.
- Các nhu cầu cụ thể của thân chủ riêng.



Biết được vai trò của quý vị trong trường hợp khẩn cấp trước khi xảy ra.

Lập kế hoạch di tản

Quý vị cần biết trước thời gian kế hoạch di tản trong trường hợp khẩn cấp hoặc thiên tai và vai trò của quý vị trong đó.



Kế hoạch di tản sẽ liệt kê những gì phải làm nếu thân chủ cần được chuyển đến một phần khác của tòa nhà, bên ngoài tòa nhà đến khu vực an toàn hoặc cùng được chuyển đến một nơi riêng biệt.

Quý vị cần biết:

- Kế hoạch di tản của mỗi thân chủ. Có thể là sự khác biệt cho mỗi thân chủ còn tùy thuộc vào khả năng thể chất và/hoặc tinh thần của họ.
- Lộ trình di tản tốt nhất.
- Nơi khu vực an toàn chính và phụ là.

Hãy bình tĩnh trong trường hợp khẩn cấp

Bình tĩnh là chủ yếu để xử lý bất kỳ trường hợp khẩn cấp nào. Dĩ nhiên, việc đó có thể là nói dễ hơn làm. Ở đây là một số mẹo hữu ích.

- Biết được kế hoạch. Bình tĩnh thường là do biết được những gì phải làm kế tiếp. Quý vị sẽ kiểm soát nhiều hơn nếu quý vị biết được các bước nào sẽ thực hiện.
- Thực hiện kế hoạch lại còn tốt hơn! Luyện tập và hoạch định nghiêm túc.

- Tự thở sâu nhiều lần và đều đặn.
- Đánh giá tình huống. Có ý kiến về toàn bộ tình huống trước khi quý vị hành động.
- Ở lại một lát. Tập trung những gì quý vị cần làm để vượt qua trường hợp khẩn cấp.
- Tự gỡ bỏ các cảm xúc mạnh của tình huống. Những người khác có thể sẽ bắt chước quý vị và giữ bình tĩnh hơn nếu quý vị thực hiện.

Chỉ Thị Trước

Các thân chủ có thể có các chứng từ hợp pháp được thảo “trước” trình bày tỉ mỉ những gì họ muốn hoàn tất liên quan đến dịch vụ chăm sóc sức khỏe thể chất và tâm thần nếu họ không còn đưa ra các quyết định này nữa. Các chỉ thị trước giúp bảo đảm những mong muốn của thân chủ được biết đến và thực hiện theo.

Một chỉ thị trước thông thường là mẫu đơn Chỉ Thị Của Bác Sĩ Điều Trị Duy Trì Mạng Sống (POLST). Mẫu đơn POLST là một bản tóm tắt những mong muốn của một người có liên quan đến việc điều trị duy trì mạng sống và được dành cho những người ở giai đoạn cuối của căn bệnh hiểm nghèo. Được nhận biết như là một bộ chỉ thị của bác sĩ, sẽ được thực hiện như bất kỳ chỉ thị nào của bác sĩ.

Mẫu đơn POLST gốc có màu xanh lá phải được cung cấp cho đội ứng phó khẩn cấp để biết thực hiện theo.



Trong một trường hợp khẩn cấp, quý vị cần biết nếu là một thân chủ có các chỉ thị trước, nơi họ đang ở, và chuyển họ cho đội ứng phó khẩn cấp.

Trường Hợp Khẩn Cấp Về Y Tế

Các ví dụ về trường hợp khẩn cấp về y tế bao gồm khi một thân chủ:

- Khó thở nghiêm trọng.
- Bất tỉnh và không thể tỉnh được dễ dàng.
- Bị té và đau.
- Dùng quá liều hoặc có một phản ứng thuốc nghiêm trọng.
- Có bất kỳ thay đổi nào nghiêm trọng và bất ngờ về sức khỏe.



Sở làm của quý vị sẽ thiết lập các chính sách và thủ tục để xử lý các trường hợp khẩn cấp về y tế. Kế hoạch này sẽ bao gồm việc gọi cho ai trợ giúp và khi nào. Một thân chủ trong trường hợp khẩn cấp về y tế phải nhận được sự trợ giúp ngay.



Xác nhận và báo cáo bất kỳ trường hợp khẩn cấp nào về y tế ngay khi tình huống này được kiểm soát.

Trường Hợp Khẩn Cấp Về Hỏa Hoạn



Những người đó đang làm việc trong AFHs hoặc BHs sẽ có các cuộc thực tập cứu hỏa định kỳ để thực hành những gì sẽ làm trong trường hợp hỏa hoạn. Thực hiện các cuộc thực tập nghiêm túc – giúp cứu mạng sống.

Các nhân viên HCA nên biết kế hoạch di tản cho một thân chủ, lộ trình di tản tốt nhất ra khỏi nhà, và địa chỉ và ngã tư của nhà thân chủ. Thông tin này hiện có trong kế hoạch chăm sóc của thân chủ.

Gọi 911:

Nếu quý vị cần gọi 911:

- Mô tả tình trạng khẩn cấp.
- Cung cấp cho tổng đài 911 số điện thoại, địa chỉ, ngã tư chính gần nhất, và các hướng dẫn đến địa điểm của quý vị.

Ghi thông tin này và giữ lại nó bằng điện thoại. Trong một trường hợp khẩn cấp, việc đó dễ quên các lúc hỗn loạn.

Nếu quý vị phát hiện hỏa hoạn, hãy nhớ R.A.C.E. để giúp quý vị trả lời chắc chắn và đúng đắn.

R = CỨU NGUY: Dừng lại những gì quý vị đang làm và bảo vệ an toàn cho các thân chủ.

A = BÁO ĐỘNG: Báo động. Có thể việc này là kéo còi báo động hoặc gọi 911.

C = HẠN CHẾ hỏa hoạn bằng cách đóng tất cả các cửa và cửa sổ mà quý vị có thể với tới an toàn.

E = DẬP TẮT hỏa hoạn bằng bình cứu hỏa nếu việc đó thực hiện như vậy an toàn.

HOẶC DI TẢN khu vực nếu hỏa hoạn quá lớn đối với bình cứu hỏa.

Không bao giờ:

- Đổ nước vào đám cháy do dầu mỡ hoặc chất lỏng. Nước sẽ làm cho đám cháy lan rộng.
- Đổ nước vào đám cháy do điện. Điều đó có thể làm cho quý vị sốc nặng.
- Trờ vào một tòa nhà đang cháy để cứu các thú cưng và đồ vật có giá trị.
- Cố gắng di chuyển một vật đang cháy ra khỏi phòng.
- Sử dụng thang là một lối thoát hỏa hoạn.



KHÓI thường là kẻ thù, không phải là hỏa hoạn.

Sử dụng bình cứu hỏa

Yêu cầu phải có bình cứu hỏa trong tất cả AFHs và BHs. Các nhân viên HCA nên khuyến khích một thân chủ phải có một bình nếu không có trong nhà. Một bình cứu hỏa “ABC” được ghi ở phía trước sẽ dập tắt tất cả các loại hỏa hoạn, gỗ/giấy, dầu/mỡ và điện.

P.A.S.S. được thể hiện bằng từ sẽ giúp quý vị nhớ các bước để sử dụng bình cứu hỏa.

P = Kéo. Giữ bình cứu hỏa thẳng đứng và kéo chốt vòng, đóng tách cái bịt nhựa.

A = Nhắm. Đứng sau đám cháy, nhắm vào căn cứ hỏa hoạn gần quý vị nhất.

S = Ép. Giữ bình cứu hỏa thẳng đứng, ép các tay cầm lại với nhau để tháo ra.

S = Lan Ra. Lan ra từ phía này sang phía kia.

Khi đám cháy tắt, xem xét để bảo đảm nó ở ngoài. Di tản mọi người ra khỏi khu vực này và thông gió khu vực này ngay lập tức sau khi sử dụng bình cứu hỏa.



Nếu hỏa hoạn ngăn không cho quý vị di tản được ở lại với thân chủ.

- Gọi 911 và nói cho họ biết rằng quý vị bị mắc kẹt.
- Ở trong phòng có cửa đóng làm chậm đám cháy lại.
- Chèn quần áo hoặc khăn trong các khe hở xung quanh cửa và lỗ thông gió.

Hơi nóng và khói bốc lên - Ở gần sàn nơi có ít khói hơn



Bất kỳ cuộc hỏa hoạn nào cũng cần được xác nhận và báo cáo.



Chuẩn Bị về Thiên Tai

Các thiên tai có thể đến mà không cảnh báo và là một sự đe dọa nghiêm trọng cho quý vị và thân chủ.

Túi Khăn Cấp

Túi cứu hộ khẩn cấp là một bộ nhu phẩm cho phép mọi người sống không có sự trợ giúp ít nhất ba ngày trong trường hợp khẩn cấp. Nhu phẩm cấp cứu phải hiện có nếu quý vị làm việc trong một AFH hoặc BH. Biết rõ nơi để chúng.

Nếu quý vị làm việc cho một HCA, hãy khuyến khích một thân chủ có một túi nhu phẩm cấp cứu sẵn.

Động Đất

Trong thời gian động đất, giữ an toàn cho bản thân quý vị và trợ giúp thân chủ khi hiện tượng rung lắc ngừng lại. Quý vị nên:

- Ở trong tòa nhà, ẩn núp dưới bàn làm việc hoặc bàn ăn, và nắm chặt.
- Ở xa cửa sổ, tủ nặng, hoặc kệ sách, hoặc dụng cụ dùng để đo góc của kính.
- Khi hiện tượng rung lắc ngừng lại, hãy ra khỏi tòa nhà. Không cố di chuyển một người bị thương nặng trừ khi họ lâm vào tình nguy hiểm trực tiếp thêm nhiều chấn thương.
- **Nếu quý vị ở bên ngoài:** đứng xa các tòa nhà, cây cối, hoặc đường dây điện và dây điện thoại.
- **Nếu quý vị đang ở trên đường:** lái xe ra khỏi đường hầm hoặc cầu bắc qua đường. Ở trong xe.



Trường Hợp Khẩn Cấp Về Thời Tiết

Thời tiết liên quan đến thiên tai có thể hoặc không thể cảnh báo cho quý vị biết. Điều kiện thời tiết có thể dẫn đến tình huống khẩn cấp bao gồm gió, mưa, nóng, chớp, hoặc ngập lụt.

Nếu quý vị sẽ ở bên ngoài với một thân chủ, chắc chắn phải kiểm tra dự báo trước thời gian.

Tiếp xúc với ánh nắng mặt trời hoặc nhiệt độ cao có thể là một mối nguy. Khuyến khích một thân chủ phải:

- Bôi kem chống nắng có độ chống nắng từ ba mươi trở lên.
- Đeo mắt kính và đội nón.
- Uống nhiều chất lỏng vào những ngày nóng.
- Ngồi ở chỗ có bóng râm nếu họ sẽ ở bên ngoài trong thời gian kéo dài.

KHÔNG BAO GIỜ để một người hoặc thú cưng trong xe vào những ngày ấm và có nắng.

An toàn thân chủ là trên hết

- Nếu quý vị nghĩ có thể là một trường hợp khẩn cấp, cần trợ giúp.
- Nếu quý vị đơn độc và nghi ngờ về tình huống nghiêm trọng, hãy gọi 911. Các nhân viên cấp cứu được huấn luyện để giúp quý vị quyết định xem đó có phải là một trường hợp khẩn cấp hay không — đó là một phần công việc của họ.
- Thực hiện theo các hướng dẫn của nhân viên cấp cứu.

Chuẩn bị cứu mạng

Sự Cố Mất Điện

Các AFH và BH phải cung cấp đèn hoặc đèn pin trong trường hợp khẩn cấp ở tất cả khu vực trong nhà.

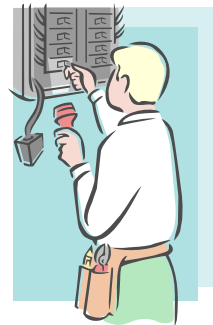
Nếu thân chủ đang ở hoàn toàn trong bóng tối, đặc biệt là vào ban đêm:

- Mất thời gian để bảo đảm tất cả thân chủ đều an toàn và nhận biết những gì sẽ xảy ra.
- Nếu điện bị mất trong vùng lân cận, hãy ngắt điện tất cả bếp lò và đồ dùng điện để giảm nhu cầu ban đầu và bảo vệ mô-tơ khỏi bị hư hại do điện thế thấp có thể xảy ra.
- Không cắm các máy tính và thiết bị điện áp nhạy cảm khác để bảo vệ chúng chống lại khả năng dấy lên khi điện được tích.
- Giữ gìn nước, đặc biệt nếu nguồn nước là giếng.
- Giữ cửa, cửa sổ và màn treo gần để ngăn sức nóng.
- Để một đèn ở vị trí “bật” để báo cho quý vị khi dịch vụ được lưu trữ.
- Đóng cửa tủ lạnh và tủ đông. Nếu cửa tủ đông vẫn đóng, thì một tủ đông chứa đầy có thể giữ thực phẩm hai ngày.
- Hết sức cẩn thận các mối nguy về hỏa hoạn do đèn cây hoặc các nguồn sáng dễ cháy khác gây ra.
- Khi sử dụng bếp lò dầu lửa, đèn xách dùng bằng gas, hoặc bếp lò bên trong nhà, hãy duy trì sự thông gió để tránh khói độc được tạo thành.
- Không bao giờ sử dụng vỉ nướng bằng than đá hoặc gas bên trong, chúng tạo ra carbon monoxide.



Khi làm việc trong nhà của thân chủ:

- Đăng ký bất kỳ thiết bị duy trì sự sống mà thân chủ cần (nếu có) với công ty dịch vụ công cộng của họ.
- Khuyến khích một thân chủ xem xét khi mua một máy phát điện hoặc biết được nơi để thuê một máy nếu họ cần thiết bị duy trì sự sống yêu cầu điện. Có sẵn các số điện thoại để thuê các máy phát điện nếu thân chủ không thể mua một máy.
- Gọi số điện thoại của công ty dịch vụ công cộng địa phương của thân chủ để báo cáo sự cố mất điện hoặc cập nhật sự cố này.
- Nếu một thân chủ có một thiết bị điện mở cửa ga ra, học cách mở cửa mà không có điện.
- Khuyến khích một thân chủ có một nguồn nhiệt thay thế và nguồn cung cấp nhiên liệu.
- Nếu nhà thân chủ là nhà duy nhất không có điện, hãy kiểm tra hộp cầu chì hoặc thanh công tắc điện. Tắt các đồ dùng lớn trước khi thay thế cầu chì hoặc lắp đặt lại mạch điện.





Sau Cùng

Chương trình huấn luyện này là một khởi đầu tốt để biết những gì sẽ theo dõi và bảo vệ an toàn và an sinh cho quý vị và thân chủ.

Phòng ngừa thường là một anh hùng không được ca ngợi. Biện pháp này thực hiện việc lập kế hoạch, tập trung và cam kết loại trừ hoặc giảm thiểu các nguy cơ về an toàn. Thường thực hiện chỉ hơn một vài phút mỗi ngày để duy trì tình trạng sức khỏe và an toàn trong công việc của quý vị.

Mỗi khi quý vị loại bỏ hoặc giảm thiểu một mối quan ngại về an toàn, giúp ngăn ngừa tai nạn, ngăn chặn việc lan truyền lây nhiễm và bệnh tật, hoặc xử lý hiệu quả một trường hợp cấp cứu, quý vị giúp ngăn ngừa hoặc giảm bớt cơn đau, nỗi sợ hãi, lo âu, và khó chịu có thể gây cho quý vị hoặc những người khác do quý vị chăm sóc.

Là một nhân viên LTC, quý vị tác động đến cuộc sống của những người khác mỗi ngày. Tự hào về những gì quý vị thực hiện để giữ an toàn cho bản thân quý vị và những người khác do quý vị chăm sóc.



Tùy Quý Vị!

Vai Trò An Toàn Của Quý Vị là một Nhân Viên Chăm Sóc Dài Hạn (LTC)

4. Ngăn ngừa tai nạn và tổn thương cho bản thân quý vị và thân chủ.
5. Ngăn chặn việc lan truyền lây nhiễm và bệnh tật
6. Chuẩn bị và xử lý các trường hợp khẩn cấp

Phụ Lục A: Kế Hoạch Hành Động Khẩn Cấp cho Việc Chăm Sóc Tại Nhà

(Sở làm và nhân viên nên phát triển kế hoạch này và thông báo tiếp theo bằng điện thoại)

Tên Sở Làm:

Ngày:

1. TRƯỜNG HỢP KHẨN CẤP- CÓ THỂ CHẾT NGƯỜI – GỌI 9-1-1 *Nói cho họ biết số điện thoại quý vị đang gọi từ*

Địa Chỉ Nhà:

Ngã Tư Chính:

Hướng Nhà từ Ngã Tư:

2. TRƯỜNG HỢP KHẨN CẤP- KHÔNG THỂ CHẾT NGƯỜI: Liệt kê các số điện thoại địa phương sau đây

Hỏa Hoạn/Nhân Viên Cấp Cứu Y Tế:

Bác Sĩ:

Bệnh Viện:

Xe Cấp Cứu:

Cảnh Sát/Cảnh Sát Trưởng:

Kiểm Soát Độc Tố:

Khác:

3. DI TẢN NHÀ: Phác họa nhà trong khoảng trống này và cho thấy nơi thoát hiểm. Vẽ mũi tên để cho thấy các lối thoát hiểm. Trong trường hợp hỏa hoạn, bản thân quý vị và chủ nhân quý vị thoát ra ngoài.

4. ĐỊA ĐIỂM DI CHUYỂN ĐẾN TẠM THỜI: Liệt kê các chỗ thay thế để đến khi nhà cửa không an toàn.

Tên:

Điện Thoại:

Địa Chỉ:

Tên:

Điện Thoại:

Địa Chỉ:

5. THIẾT BỊ AN TOÀN- Sở cứu hỏa có thể giúp quý vị các thông tin lắp đặt.

Bình Cứu Hỏa:

Thiết Bị Báo Động Khói:

6. THIẾT BỊ CẤP CỨU KHÁC- Nhận biết túi cấp cứu, chăn mền, thực phẩm và nước, đèn pin, đài phát thanh và thiết bị cấp cứu khác.

Địa Điểm: