

床上洗頭

一、目的：

1. 維護病人頭髮的整齊清潔、增進舒適、美觀及自尊。
2. 刺激頭部血液循環、促進頭髮健康。

二、用物：(適用於意識欠清或鼻胃管灌食之個案)

1. 洗頭槽。
2. 水桶 x2(裝清水=41~43°C 與髒水)。
3. 水瓢。
4. 手套。
5. 大毛巾。
6. 毛巾。
7. 洗髮精。
8. 梳子。
9. 吹風機。

三、步驟：

1. 洗手準備用物→向個案說明
2. 拉上隔簾→給予隱私環境。
3. 床頭搖平移去枕頭，於頸部圍一毛巾。
4. 助病人斜躺頭部儘量近床緣→將洗頭槽置於頭下→洗頭槽開口接一水桶。
5. 以棉花塞病患耳朵、以毛巾蓋住眼部，並先梳整病人的頭髮。
6. 照護者戴上手套以溫水沾濕頭髮，倒適量洗髮精於手掌→用雙手搓揉頭髮及頭皮，以手指的壓力按摩頭皮(注意癢處)。
7. 以清水將頭髮沖洗至乾淨為止。
(要避免將水沖入耳道內)
8. 移除洗頭槽→以大毛巾包裹頭髮(拭乾)→以吹風機吹乾頭髮(讓風吹過照顧者之手以防燙傷病人)。
9. 輕柔的梳理頭髮，一次梳整一個部位，以移除糾結的頭髮。
10. 整理用物→再次洗手→必要時紀錄。

