

Tổng quan về
Phụ tá chăm sóc





Gửi đến các bạn muốn trở thành một Phụ tá chăm sóc

- | | |
|-------------------------------------|---|
| 1 Công việc chăm sóc là gì | 1 |
| 2 Công việc của một Phụ tá chăm sóc | 5 |
| 3 Tóm tắt nghiệp vụ | 7 |
| 4 Nội dung công việc thực tế | 9 |

Tài liệu hướng dẫn khi tiếp nhận Phụ tá chăm sóc

Một số điểm cần lưu ý khi làm việc 15

Tài liệu tham khảo về nghiệp vụ
< Ví dụ về tiến trình 1 ngày làm việc >

17

Gửi đến các bạn muốn trở thành một Phụ tá chăm sóc

Những bạn "chưa có chúng chỉ hành nghề nhưng có quan tâm đến công việc chăm sóc".

Bạn có muốn làm việc cùng với chúng tôi ở vị trí "Phụ tá chăm sóc"?

Tùy theo từng cơ sở làm việc mà vị trí này có thể được gọi là "người hỗ trợ chăm sóc" hay "trợ lý chăm sóc" thay vì "Phụ tá chăm sóc". Cả 2 đều liên quan đến công việc phụ trợ cho hộ lý, và có đặc điểm là công việc người ở độ tuổi nào cũng có thể bắt đầu làm mà không yêu cầu bằng cấp đặc biệt.

Tài liệu tổng quan này dành cho những ai yêu thích công việc chăm sóc, nhưng chưa chắc chắn về sự thích hợp và năng lực của bản thân, hoặc còn đang phân vân về việc học tập để thi lấy chúng chỉ, hiểu "Phụ tá chăm sóc" là gì và phân đầu trở thành một "Phụ tá chăm sóc".

1 Công việc chăm sóc là gì

Đầu tiên chúng tôi xin giới thiệu các loại hình dịch vụ, cơ sở liên quan và ngành nghề để các bạn hiểu về ngành chăm sóc nói chung.

(1) Các dịch vụ điều dưỡng

Dịch vụ điều dưỡng có rất nhiều loại hình như dịch vụ chăm sóc tại nhà và dịch vụ cung cấp cho người đến ở tại các cơ sở chăm sóc.

Dưới đây chúng tôi xin giới thiệu một số dịch vụ điều dưỡng tiêu biểu và nội dung của từng dịch vụ.

Bảng: Các dịch vụ tiêu biểu

Phân loại	Tên cơ sở và dịch vụ	Nội dung
Dịch vụ nội trú	Trung tâm chăm sóc sức khỏe người cao tuổi (Viện dưỡng lão)	Là cơ sở cung cấp dịch vụ phục hồi chức năng, chăm sóc hoạt động thường ngày như ăn uống, tắm rửa cho đối tượng gặp chấn thương hoặc bệnh tật sau khi xuất viện dưới sự quản lý ý tế của bác sĩ để có thể quay lại với cuộc sống tại nhà.
	Trung tâm chăm sóc phúc lợi người cao tuổi	Là cơ sở dành cho người cần được chăm sóc 24/24 và khó có thể chăm sóc tại nhà như trường hợp phải nằm liệt giường.
	Cơ sở y tế chăm sóc điều dưỡng	Là cơ sở y tế cung cấp dịch vụ chăm sóc cho người mắc bệnh mãn tính cần điều trị y tế lâu dài.
	Viện y tế điều dưỡng	Là cơ sở sinh hoạt, điều dưỡng lâu dài cho những người cần được chăm sóc y tế.
Dịch vụ ngoại trú	Phục hồi chức năng ngoại trú (day care)	Được sử dụng dịch vụ khi đến trực tiếp các cơ sở chăm sóc. Hỗ trợ điều trị phục hồi chức năng cùng với các chuyên gia như chuyên viên vật lý trị liệu, chuyên viên trị liệu cơ năng để giúp phục hồi duy trì chức năng cơ thể và khả năng tự chăm sóc trong sinh hoạt hàng ngày.
	Chăm sóc điều dưỡng nội trú ngắn hạn (Luu trú ngắn ngày)	Lưu trú ngắn ngày tại các cơ sở chăm sóc để rèn luyện chức năng cơ thể và được hỗ trợ trong sinh hoạt hàng ngày.
	Chăm sóc ngoại trú (day service)	Đến các cơ sở chăm sóc để được hỗ trợ trong sinh hoạt hàng ngày như ăn uống, tắm rửa.
Dịch vụ tại nhà	Chăm sóc tại nhà	Người giúp việc sẽ đến nhà và hỗ trợ sinh hoạt hàng ngày.
	Điều dưỡng tại nhà	Y tá sẽ đến nhà và hỗ trợ khám sức khỏe, điều trị dưới sự chỉ đạo của bác sĩ.
	Phục hồi chức năng tại nhà	Dưới sự chỉ đạo của bác sĩ, chuyên viên vật lý trị liệu sẽ đến nhà thực hiện các bài tập để phục hồi duy trì chức năng cơ thể và khả năng tự chăm sóc trong sinh hoạt hàng ngày.

(2) Các cơ sở chăm sóc điển hình

Trong các cơ sở chăm sóc cung cấp dịch vụ nội trú, tiêu biểu chúng tôi xin giới thiệu về Trung tâm chăm sóc sức khỏe người cao tuổi và Trung tâm chăm sóc phúc lợi người cao tuổi.

Trung tâm chăm sóc sức khỏe người cao tuổi (Viện dưỡng lão) là gì

■ Tổng quan

Là cơ sở cung cấp dịch vụ hàng ngày như ăn uống, tắm rửa, chăm sóc sức khỏe và phục hồi chức năng cho đối tượng là những người sau khi xuất viện cần chăm sóc y tế để trở về nhà.

■ Đối tượng

Dành cho những người không cần nhập viện để điều trị nhưng cần phục hồi chức năng và chăm sóc điều dưỡng.

(Người được xác định là cần chăm sóc từ cấp độ 1 trở lên)

■ Nội dung dịch vụ

- Phục hồi chức năng cùng chuyên viên vật lý trị liệu, chuyên viên trị liệu cơ năng.
- Chăm sóc y tế & Điều dưỡng (thăm khám, dùng thuốc, kiểm tra...)
- Chăm sóc trong sinh hoạt thường ngày (ăn uống, tắm rửa, bài tiết...)
- Khác (trò chuyện, giải trí thư giãn...)



Trung tâm chăm sóc phúc lợi người cao tuổi (Nhà dưỡng lão đặc biệt) là gì

■ Tổng quan

Là cơ sở cung cấp dịch vụ chăm sóc toàn diện cho người cao tuổi gặp khó khăn trong cuộc sống sinh hoạt tại nhà và cần đến sự chăm sóc thường xuyên.

■ Đối tượng

Dành cho những người gặp khó khăn khi sinh hoạt tại nhà và cần đến sự chăm sóc thường xuyên.

(Người được xác định là cần chăm sóc từ cấp độ 3 trở lên)

(Nếu nhận thấy người cần chăm sóc cấp độ 1 và 2 cũng gặp khó khăn trong sinh hoạt tại nhà do trường hợp bất đắc dĩ thì có thể đặc cách tham gia nội trú dưới sự cho phép của chính quyền địa phương.)

■ Nội dung dịch vụ

- Chăm sóc trong sinh hoạt thường ngày (ăn uống, tắm rửa, bài tiết...)
- Rèn luyện cơ năng (phục hồi chức năng...)
- Quản lý sức khỏe hàng ngày (đo dấu hiệu sinh tồn...)
- Khác (trò chuyện, giải trí thư giãn)



(3) Các vị trí việc làm ở cơ sở chăm sóc

Do sự phong phú của các loại hình dịch vụ và cơ sở chăm sóc mà cũng có nhiều các vị trí việc làm khác nhau.

Trước hết, chúng tôi xin giới thiệu khái quát về nghề chăm sóc.

Nghề chăm sóc là gì

■ Khái quát

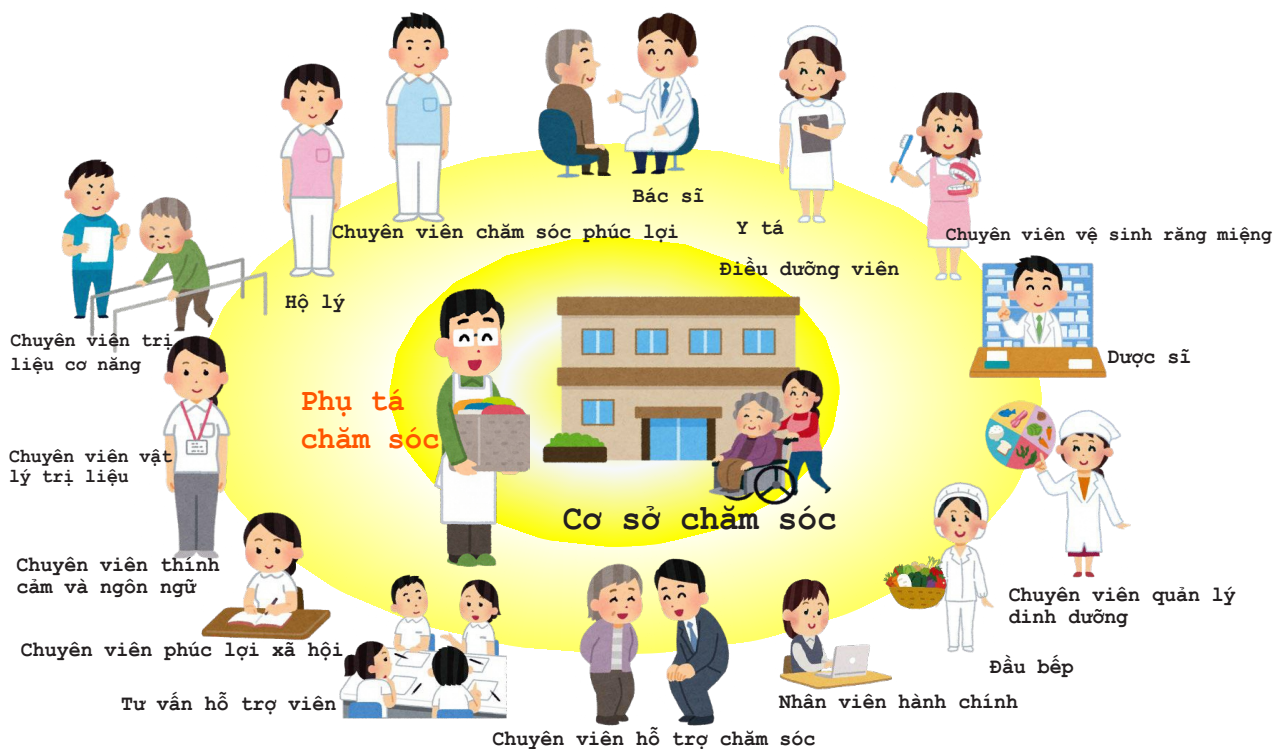
Là công việc chuyên môn cung cấp dịch vụ thiết yếu cho sinh hoạt hàng ngày và gắn với đời sống của người cao tuổi.

■ Công việc như thế nào

Công việc hỗ trợ cuộc sống hàng ngày của người cao tuổi. Khi làm các công việc như hỗ trợ ăn uống, tắm rửa, vệ sinh thì ngoài các kiến thức kỹ thuật chuyên môn ra, công việc cũng đòi hỏi tính sáng tạo và kinh nghiệm sống.

■ Vậy có các vị trí việc làm nào?

Một số công việc tiêu biểu được liệt kê như bên dưới



Bảng : Các loại hình công việc ở cơ sở chăm sóc

Công việc	Nội dung công việc
Chuyên viên chăm sóc phúc lợi Hộ lý	Hỗ trợ và chăm sóc thân thể cho người sử dụng dịch vụ, giúp cho họ cảm thấy thoải mái với cuộc sống hàng ngày của mình.
Bác sĩ	Chuẩn đoán và điều trị đặc thù, nắm bắt tình hình của người sử dụng dịch vụ để chỉ định công việc cho y tá và chuyên viên phục hồi chức năng.
Y tá & Điều dưỡng viên	Cùng với bác sĩ quản lý việc điều trị cho bệnh nhân, vận dụng các kiến thức về y khoa để lựa chọn cách chăm sóc thích hợp.
Chuyên viên vật lý trị liệu (PT)	Đánh giá về tình trạng của bệnh nhân và lên kế hoạch phục hồi chức năng, cung cấp dịch vụ phục hồi chuyên biệt.
Chuyên viên trị liệu cơ năng (OT)	Chuyên viên vật lý trị liệu (PT) chủ yếu thực hiện các chương trình để duy trì và cải thiện chức năng vận động; Chuyên viên trị liệu cơ năng (OT) chủ yếu về khả năng kiểm soát vận động và khả năng thích ứng xã hội;
Chuyên viên thính cảm và ngôn ngữ (ST)	Chuyên viên thính cảm và ngôn ngữ (ST) chủ yếu về chức năng phát âm và chức năng nuốt.
Chuyên viên quản lý dinh dưỡng & Chuyên gia dinh dưỡng	Thiết lập chế độ ăn uống phù hợp nhằm duy trì và cải thiện tình trạng dinh dưỡng của người sử dụng dịch vụ.
Dược sĩ	Chỉ đạo về cấp phát, quản lý và sử dụng thuốc.
Chuyên viên vệ sinh răng miệng	Chăm sóc răng miệng và chỉ đạo cho nhân viên chăm sóc chăm sóc răng miệng.
Chuyên viên hỗ trợ chăm sóc (Người quản lý chăm sóc)	Tư vấn cho người cần chăm sóc và gia đình của họ, giúp cho những người này có thể nhận được dịch vụ chăm sóc phù hợp.
Tư vấn hỗ trợ viên (Trung tâm chăm sóc sức khỏe người cao tuổi) Chuyên viên tư vấn đời sống (Trung tâm chăm sóc phúc lợi người cao tuổi)	Chịu trách nhiệm lập kế hoạch chăm sóc, liên lạc và điều phối nhân viên cơ sở, bác sĩ, chuyên viên vật lý trị liệu, nhân viên chính quyền địa phương..
Khác	Chuyên viên phúc lợi xã hội, Nhân viên hành chính, Đầu bếp..

Các vị trí và công việc được liệt kê trên đây chỉ là một số ví dụ. Đội ngũ nhân viên với kiến thức kỹ thuật chuyên môn phong phú sẽ phối hợp cùng nhau trong công việc chăm sóc và hỗ trợ tốt nhất cho đời sống của người sử dụng dịch vụ.

2 Công việc của một Phụ tá chăm sóc

Khái quát chung về Phụ tá chăm sóc

Vậy “Phụ tá chăm sóc” giữ vai trò gì trong ngành chăm sóc? Nó có đặc điểm và ưu điểm ra sao?

“Phụ tá chăm sóc”
làm những công việc gì?



Đó là những công việc phụ giúp cho hộ lý ở cơ sở bảo hiểm chăm sóc điều dưỡng hoặc ở nơi làm việc khác.

Công việc chăm sóc bao gồm nhiều nhiệm vụ như hỗ trợ ăn uống, hỗ trợ tự chăm sóc... nhưng công việc của Phụ tá chăm sóc không bao gồm việc chăm sóc trực tiếp cho người sử dụng dịch vụ như “hỗ trợ đi vệ sinh”, “hỗ trợ tắm rửa” mà chủ yếu thực hiện các công việc phụ giúp xung quanh khác.



Vai trò của
Phụ tá chăm
sóc là gì?



Có thể tăng cường nhân lực
chăm sóc và chuyên môn hóa
công việc chăm sóc điều dưỡng.

Lợi ích khi người
nước ngoài làm
công việc Phụ tá
chăm sóc là gì?



Là nơi làm việc cho những
người có mong muốn tìm việc
làm nhưng chưa tìm được việc.

3 Tóm tắt nghiệp vụ

Điểm khác biệt giữa công việc của Hộ lý và công việc của Phụ tá chăm sóc

Đến đây chúng tôi đã trình bày sơ lược về công việc của Hộ lý và công việc của Phụ tá chăm sóc. Vậy sự khác biệt giữa Hộ lý và Phụ tá chăm sóc là gì?

Điểm khác biệt lớn nhất giữa Hộ lý và Phụ tá chăm sóc là công việc có sự chăm sóc trực tiếp hay không.

Công việc chăm sóc (chăm sóc thể chất một cách trực tiếp) là công việc của một Hộ lý, Phụ tá chăm sóc sẽ làm công việc phụ giúp xung quanh để hỗ trợ cho việc chăm sóc thể chất. Có thể hiểu công việc của Phụ tá chăm sóc là giúp đỡ cho nhân viên chăm sóc.

Thử lấy bối cảnh về việc ăn uống làm ví dụ

Hãy tưởng tượng một hộ lý đang dùng thìa trực tiếp bón com cho bệnh nhân bị khó nuốt. Trong tình huống 1 đối 1 như vậy thì không thể theo dõi kỹ càng tình hình của các bệnh nhân khác được.

Lúc đó, phụ tá chăm sóc sẽ chú ý đến tình trạng của các bệnh nhân khác, bằng việc đưa trà và theo dõi chi tiết tình hình sẽ giúp cho dịch vụ chăm sóc được cung cấp đầy đủ.

Bảng: Sự khác biệt trong công việc của Hộ lý và Phụ tá chăm sóc (Ví dụ trong bối cảnh ăn uống)

【Hộ lý】 (Chăm sóc trực tiếp)	【Phụ tá chăm sóc】 (Công việc xung quanh)
Hỗ trợ việc ăn uống	Phát tạp dề và khăn ướt
Trông nom việc ăn uống	Pha trà, đưa trà
Xác nhận khẩu phần	Dọn chuẩn bị bàn ăn
Hỗ trợ uống thuốc	Phát dụng cụ hỗ trợ
Thu dọn bàn ăn	Theo dõi bữa ăn
Hướng dẫn bệnh nhân	Dọn dẹp nhà ăn
Vệ sinh răng miệng	Hướng dẫn di chuyển đến thang máy



Một số công việc xung quanh chính

Ngoài bữa ăn thì cũng có nhiều công việc xung quanh khác phụ giúp cho việc chăm sóc điều dưỡng tại các cơ sở, cụ thể là các công việc như sau.

■ Dọn dẹp và quản lý bảo trì trung tâm

- Lau dọn phòng và dọn dẹp bữa ăn
- Dọn giường, thay ga trải giường
- Điều chỉnh môi trường để có không gian thoáng khí, độ ẩm thích hợp
- Bổ sung, thay thế vật dụng



■ Hỗ trợ các công tác chuẩn bị

- Chuẩn bị cho việc ăn uống
- Chuẩn bị và thu dọn dụng cụ hỗ trợ và dụng cụ phục hồi chức năng
- Hướng dẫn di chuyển



■ Khác

- Theo dõi tình hình
- Trò chuyện
- Đưa đón giữa cơ sở và nhà riêng
- Giúp đỡ với các hoạt động sở thích như làm vườn...

Không hẳn là bạn sẽ làm toàn bộ các công việc này.

Hãy tìm những công việc mà mình cảm thấy có thể làm được.



4 Nội dung công việc thực tế

(1) Công việc cụ thể của Phụ tá chăm sóc

Ở trang trước chúng tôi đã giới thiệu về công việc của Phụ tá chăm sóc (Công việc xung quanh). Trong phần tiếp theo chúng ta sẽ tìm hiểu cụ thể hơn về "công việc được yêu cầu thực tế" khi các bạn làm việc ở cơ sở với tư cách là một Phụ tá chăm sóc.

Các công việc của phụ tá chăm sóc được phân loại theo mức độ khó dễ, các mức độ này được gọi là "Cấp độ" trong tài liệu tổng quan này. Các "Cấp độ" được chia làm 3 cấp từ C đến A, từ các công việc không yêu cầu kiến thức về chăm sóc đến các công việc đòi hỏi kiến thức chuyên môn và trình độ nhất định.

Các cấp độ công việc trợ giúp xung quanh của Phụ tá chăm sóc

■ Cấp độ C

Công việc đơn giản đã thành thạo và mẫu sẵn và hầu như không cần có kiến thức và kỹ thuật chuyên môn cũng có thể làm được, cụ thể như là lau chùi, dọn dẹp, chuẩn bị vật dụng,...

■ Cấp độ B

Công việc cần kiến thức và kỹ thuật chuyên môn mà có thể đạt được trong thời gian đào tạo ngắn, cụ thể như là dọn giường theo động tác sinh hoạt hàng ngày, các lưu ý khi chuẩn bị bữa ăn theo tình trạng bệnh nhân,...

■ Cấp độ A

Công việc yêu cầu tương đối cao về kiến thức, kỹ thuật và kinh nghiệm chuyên môn ở trình độ nhất định.

(như là theo dõi bệnh nhân, trò chuyện cùng họ, giúp đỡ trong các hoạt động sở thích...)

Nội dung công việc và các cấp độ được đề cập trong tài liệu này có thể khác với công việc thực tế ở trung tâm mà bạn làm việc.

Điều này là do tùy theo từng trung tâm mà có sự khác nhau về nội dung của các công việc phụ giúp xung quanh. Và dù nội dung công việc giống nhau thì tùy vào từng đối tượng sử dụng dịch vụ mà có cách chăm sóc khác nhau nên các cấp độ trên chỉ nhằm mục đích tham khảo.

Hãy xác nhận nội dung chi tiết các công việc phải làm, có thể thông qua hướng dẫn của người phụ trách ở cơ sở làm việc hoặc qua đào tạo. Tiếp theo, chúng ta sẽ đi vào nội dung công việc ở mỗi cấp độ.

Công việc phụ giúp xung quanh ở mỗi cấp độ

■ cấp độ C

“Cấp độ C” là các công việc đơn giản theo mẫu và hướng dẫn sẵn, hầu như không cần có kiến thức và kỹ thuật chuyên môn cũng có thể làm được. Những người bắt đầu làm công việc chăm sóc hoặc muốn bắt đầu từ việc nắm vững các công việc cơ bản ở trung tâm sẽ bắt đầu ở cấp độ này.

Bảng: Nội dung công việc ở Cấp độ C

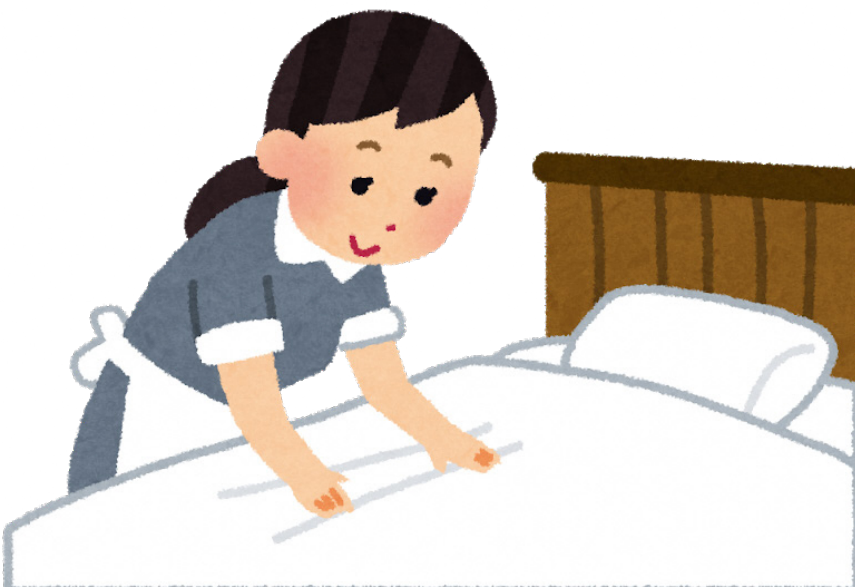
Phân loại (Hạng mục)	Phân loại (Công việc)	Nội dung công việc (Chi tiết)
Thức dậy	Chuẩn bị cho việc thức dậy	Điều chỉnh môi trường bằng cách mở rèm hay thông khí sàn
Ăn uống	Chuẩn bị cho bữa ăn, dọn dẹp	Dọn bàn ăn
		Phát tạp dề và khăn ướt
		Vệ sinh dụng cụ hỗ trợ, rửa chén bát...
		Dọn dẹp phòng ăn (Lau bàn và sàn nhà)
Dọn dẹp	Dọn phòng ở, phòng sinh hoạt chung	Vệ sinh thiết bị thông khí và máy tạo ẩm trong trung tâm
		Lau chùi sàn nhà và tay vịn
		Vệ sinh toilet
		Thay ga trải giường
		Dọn giường
		Đổ rác
Giặt giũ	Giặt và sắp xếp đồ giặt là	Giặt giũ
		Gấp đồ giặt là và trả đồ
		Gấp khăn lau tay
Tắm rửa	Chuẩn bị cho việc tắm rửa, dọn dẹp	Đun nước
		Chuẩn bị đồ tắm
		Vệ sinh phòng tắm
		Bổ sung vật dụng
Quản lý bảo trì	Quản lý bảo trì trung tâm	Vệ sinh xe cộ
		Quản lý cây trồng (tưới nước)
		Kiểm tra, bổ sung thay thế thiết bị
Phục hồi chức năng	Phục hồi chức năng	Thu dọn vật dụng
Giải trí	Chuẩn bị cho hoạt động giải trí, thu dọn	Chuẩn bị dụng cụ và đồ dùng theo kế hoạch
		Thu dọn dụng cụ giải trí
Đi ngủ	Chuẩn bị đi ngủ	Chuẩn bị đồ mặc cho ngày hôm sau

■ cấp độ B

“Cấp độ B” là các công việc cần kiến thức và kỹ thuật chuyên môn mà có thể đạt được trong thời gian đào tạo ngắn. Nó được nâng cấp lên sau quá trình đào tạo hay tích lũy kinh nghiệm từ các công việc ở cấp độ C. Ngoài ra, những người đã có kinh nghiệm về chăm sóc và y tế (có kinh nghiệm làm việc và chứng chỉ) thì có thể làm cùng lúc công việc ở cấp độ B và C.

Bảng : Nội dung công việc ở cấp độ B

Phân loại (Hạng mục)	Phân loại (Công việc)	Nội dung công việc (Chi tiết)
Thức dậy	Chuẩn bị cho việc thức dậy	Chuẩn bị nước uống
Ăn uống	Chuẩn bị cho bữa ăn, dọn dẹp	Phát các dụng cụ hỗ trợ
		Dọn chuẩn bị bàn ăn và đưa trà
		Thu dọn bàn ăn
Dọn dẹp	Dọn phòng ở, phòng sinh hoạt chung	Dọn giường
Tắm rửa	Hỗ trợ tắm rửa	Chuẩn bị nước uống
Giải trí	Chuẩn bị và thực hiện hoạt động giải trí	Chuẩn bị và lên kế hoạch
		Thực hiện, chỉ dẫn



■ Cấp độ A

Cấp độ A là các công việc yêu cầu tương đối cao về kiến thức, kỹ thuật và kinh nghiệm chuyên môn ở trình độ nhất định. Được nâng cấp lên sau quá trình đào tạo hay tích lũy kinh nghiệm từ các công việc ở cấp độ B.

Bảng: Nội dung công việc ở cấp độ A

Phân loại (Hạng mục)	Phân loại (Công việc)	Nội dung công việc (Chi tiết)
Ăn uống	Chuẩn bị và trợ giúp cho việc ăn uống	Làm sệt đồ uống
		Hướng dẫn di chuyển đến nhà ăn
		Theo dõi tình hình
Đi toilet	Hỗ trợ đi vệ sinh	Hướng dẫn di chuyển khi đi vệ sinh (Hướng dẫn với bệnh nhân mặc quần lót vải)
Tắm rửa	Hỗ trợ khi tắm rửa	Hướng dẫn di chuyển đến nhà tắm
		Theo dõi tình hình
		Sấy tóc
Phục hồi chức năng	Hỗ trợ phục hồi chức năng	Hỗ trợ vật lý trị liệu (chườm nóng...)
		Theo dõi quá trình tự luyện tập của bệnh nhân
Giải trí	Lên kế hoạch, thực hiện và hỗ trợ trong hoạt động giải trí	Hỗ trợ cho các hoạt động sở thích
		Lên kế hoạch
		Hướng dẫn khi di chuyển
		Tiến hành, chỉ dẫn và hỗ trợ
Khác	Di chuyển	Hướng dẫn di chuyển bằng xe lăn, theo dõi
		Hướng dẫn khi đi bộ, theo dõi tình hình
	Khác	Quản lý cơ sở vật chất của trung tâm
		Giao tiếp
		Đưa đón bằng ô tô



(2) Ví dụ cụ thể về 1 ngày làm việc của Phụ tá chăm sóc

Tiếp theo, chúng ta thử đưa các công việc ở mỗi cấp độ từ C đến A như đã trình bày bên trên vào lịch trình 1 ngày làm việc.

Ví dụ: nếu bạn phụ trách công việc ở cấp độ C thì nội dung công việc của bạn sẽ ở phần "Nội dung công việc (Chi tiết)" mục Cấp độ C trong phần "Công việc phụ giúp xung quanh ở mỗi cấp độ"

Bảng: Lịch trình 1 ngày làm việc (Ví dụ)

Khoảng thời gian	Phân loại (Hạng mục)	Phân loại (Công việc)	Nội dung công việc (Chi tiết)	Công việc của Hộ lý	Công việc của Phụ tá chăm sóc (Chia theo cấp độ)		
Sáng sớm	Thức dậy	Chuẩn bị cho việc thức dậy	Mở rèm		C		
			Chuẩn bị nước uống		B		
		Đi toilet	Hướng dẫn di chuyển khi đi vệ sinh		A		
			Hỗ trợ đi vệ sinh	●			
	Ăn uống	Thay quần áo	Thay quần áo, chỉnh trang và đeo răng giả		●		
		Ăn sáng	Ăn sáng	Vệ sinh mặt bàn		C	
				Phát tạp dề và khăn ướt		C	
				Hướng dẫn di chuyển đến nhà ăn		A	
				Pha trà, đưa trà		B	
				Hỗ trợ ăn uống và xác nhận khẩu phần		●	
				Theo dõi tình hình		A	
				Thu dọn bàn ăn		B	
				Rửa chén bát, lau dọn nhà ăn		C	
				Chăm sóc răng miệng		●	
				Buổi chiều	Dọn dẹp	Dọn phòng ở, phòng sinh hoạt chung	Quét dọn, thông gió
		Vệ sinh toilet					C
Đổ rác, bỏ sung vật dụng		C					
Dọn phòng ở	Thay ga trải giường		C				
	Dọn giường		B / C				
	Giặt giũ	Giặt giũ				C	
Phục hồi chức năng	Phục hồi chức năng	Tiền hành, hướng dẫn rèn luyện			●		
		Hỗ trợ vật lý trị liệu			A		
		Theo dõi quá trình tự luyện tập của bệnh nhân			A		
		Thu dọn vật dụng			C		

★ **Điểm cốt lõi của Phụ tá chăm sóc là hãy bắt đầu với
"những công việc mà bạn có thể làm được"**

Nội dung công việc và các cấp độ được đề cập trong tài liệu này có thể khác với công việc thực tế ở trung tâm mà bạn làm việc. Điều này là do tùy theo từng trung tâm mà có sự khác nhau về nội dung của các công việc phụ giúp xung quanh. Và dù nội dung công việc giống nhau thì tùy vào từng đối tượng sử dụng dịch vụ mà cũng có cách chăm sóc khác nhau nên các cấp độ trên chỉ nhằm mục đích tham khảo.

Cần lưu ý là dù có ở "Cấp độ A" thì về cơ bản Phụ tá chăm sóc cũng chỉ được phép hướng dẫn hoặc theo dõi tình hình ngay cả khi cần đến sự chăm sóc trực tiếp như trực tiếp giúp đỡ bệnh nhân đứng lên từ xe lăn, ngoại trừ trường hợp cấp bách buộc phải làm và cũng đã được trung tâm chấp thuận.

Tuy nhiên không hẳn là bạn chỉ làm chúng trong trường hợp cấp thiết.

Nếu bạn đang gặp khó khăn không biết mình được phép làm việc này đến đâu thì hãy trao đổi và xin chỉ thị từ nhân viên chăm sóc.

Ngoài ra, nhân viên chăm sóc cũng có nhiều việc cần bạn giúp đỡ và chỉ dạy.

Chỉ ví dụ như việc bạn theo dõi tình trạng bệnh nhân cũng đã giúp nhân viên chăm sóc rất nhiều, họ có thể an tâm hơn khi làm các công việc khác.

Ngoài ra, với việc hỗ trợ lên kế hoạch giải trí, hỗ trợ hoạt động sở thích, nếu bạn có thể chia sẻ về năng khiếu và sở thích cá nhân thì cũng giúp cho hoạt động trong trung tâm có sự liên kết với nhau hơn.

Hãy giao lưu nhiều hơn với mọi người khi làm công việc phụ tá chăm sóc.



Tài liệu hướng dẫn khi tiếp nhận Phụ tá chăm sóc

Một số điểm cần lưu ý khi làm việc

Để cung cấp cho người sử dụng dịch vụ đời sống mà họ mong muốn, có một số điểm cần lưu ý khi làm công việc chăm sóc mà chúng tôi sẽ giới thiệu ở phần này.

Điểm chú ý ①: Việc nghiêm cấm

Hãy chỉ dừng lại ở việc hướng dẫn khi di chuyển đến chỗ ăn uống và nhà vệ sinh.

Ví dụ dù hộ lý đang rất bận khi hỗ trợ ăn uống thì Phụ tá chăm sóc cũng không được phép tự mình hỗ trợ ăn uống. Trường hợp nghi ngờ bệnh nhân nuốt nhầm thứ gì, hoặc khó nuốt thì việc hỗ trợ ăn uống cũng cần phải dựa trên kinh nghiệm. Cũng như việc ăn uống, các công việc khác như hỗ trợ đi vệ sinh và đi tắm đều áp dụng quy tắc chăm sóc tương tự. Ngoài ra, để phòng tránh bệnh truyền nhiễm thì hãy thực hiện đầy đủ việc rửa tay, súc miệng và ho đúng cách.

Điểm chú ý ②: Tuân thủ nghiêm ngặt việc bảo mật thông tin cá nhân (riêng tư)

Phải hiểu và xem trọng việc mỗi bệnh nhân đều có nhân cách và ý chí khác nhau. Do chăm sóc là công việc quan trọng liên quan mật thiết đến đời sống riêng tư cá nhân nên cần phải tôn trọng, chú ý tuyệt đối bảo mật sự riêng tư cá nhân của người sử dụng dịch vụ.

Việc tiếp xúc trực tiếp với người sử dụng dịch vụ đồng nghĩa với việc tiếp xúc với các thông tin cá nhân của họ. Những thông tin này tuyệt đối không được chia sẻ với người ngoài.

Gần đây, mạng xã hội và các trang đăng tải video ngày càng trở nên tiện dụng. Tuy nhiên trái với sự tiện dụng của chúng thì các thông tin một khi đã được đăng tải sẽ bị lan truyền rộng rãi trong thời gian ngắn và rất khó để xóa bỏ. Hãy tránh sử dụng chúng ở nơi làm việc.

★ Điểm quan trọng đối với Phụ tá chăm sóc: Điều luật liên quan đến việc lưu giữ bí mật mà Phụ tá chăm sóc phải giữ kín

[Tham khảo] Tiêu chuẩn liên quan đến việc điều hành nhân sự, cơ sở vật chất, trang thiết bị của trung tâm chăm sóc sức khỏe người cao tuổi. (Pháp lệnh Bộ y tế số 40)

(Lưu giữ bí mật...)

Điều 32. Nếu không có lý do chính đáng thì nhân viên trong trung tâm không được tiết lộ bí mật thu thập được trong quá trình làm việc của bệnh nhân nội trú và gia đình của họ.

2 Trung tâm phải thi hành các biện pháp cần thiết để ngăn ngừa việc nhân viên trong trung tâm không có lý do chính đáng mà tiết lộ bí mật thu thập được trong quá trình làm việc của bệnh nhân nội trú và gia đình của họ.

3 Trung tâm cần phải có sự chấp thuận trước bằng văn bản từ bệnh nhân nội trú khi cung cấp các thông tin liên quan đến họ cho bên hỗ trợ chăm sóc tại nhà.

Điểm chú ý ③ : Tránh trường hợp "Hiyari-Hatto"

Thêm một điểm nữa cần lưu ý mà chúng tôi xin giới thiệu trong các ví dụ về Hi-yari-Hatto.

Hi-yari-Hatto là các sự việc xảy ra khi cung cấp dịch vụ hàng ngày mà nhân viên trung tâm phải thốt lên hoảng hốt "hi-yari" và "hatto", mặc dù sự việc đó chưa gây ra bất kỳ thiệt hại nào cho bệnh nhân.

Ví dụ 1 về Hi-yari-Hatto : Sự cố do để quên dụng cụ

[Sự việc] Bệnh nhân suýt vấp phải các dụng cụ quét dọn đang để nguyên ở hành lang.

[Nguyên nhân] Chưa quản lý kỹ các công cụ dụng cụ, chưa kiểm tra đầy đủ các chướng ngại vật nguy hiểm trên lối đi của bệnh nhân.

Ví dụ 2 về Hi-yari-Hatto : Sự cố trong lúc giải trí

[Sự việc] Khi một bệnh nhân đang vui hát karaoke thì một bệnh nhân khác bị vướng chân vào dây micro và suýt ngã.

[Nguyên nhân] Chưa nắm rõ vị trí đường dây của thiết bị, micro và chưa theo dõi chu đáo di chuyển của bệnh nhân.

Ví dụ 3 về Hi-yari-Hatto : Nuốt thức ăn mà không nhai

[Sự việc] Khi nhân viên vừa rời mắt thì bệnh nhân đã nuốt trọn cả quả quýt.

[Nguyên nhân] Đã biết về thói quen ăn uống của bệnh nhân nhưng lại bỏ qua, thiếu giám sát và chú ý đến bệnh nhân.

Ví dụ 4 về Hi-yari-Hatto : Chưa báo cáo và trao đổi triệt để

[Sự việc] Cố gắng đi làm trong tình trạng sức khỏe không tốt nhưng thực ra đã bị cúm vi-rút.

[Nguyên nhân] Do cảm thấy không thể sắp xếp nhân sự thay thế vì thiếu hụt nhân viên, và cũng không muốn gây phiền phức nên đã không nói ra. Lỗi hổng trong việc báo cáo, trao đổi với nhân viên trung tâm.

Trong công việc hàng ngày có không ít các trường hợp không phát hiện ra các Hi-yari-Hatto, và ngay cả có nhận diện được chúng thì cũng chưa chia sẻ đầy đủ thông tin. Để phòng tránh các sự cố đáng tiếc xảy ra, hãy liên hệ và báo cáo với nhân viên điều dưỡng nếu bạn nhận thấy hoặc có bất kỳ lo ngại về sự việc nào.

Trên đây là một số nội dung mà các bạn muốn trở thành Phụ tá chăm sóc cần phải nắm vững.

Hãy vừa để tâm đến các điểm cần chú ý, vừa thử sức với "những công việc mình cảm thấy có thể làm được". Khi làm việc với tư cách là một Phụ tá chăm sóc và làm việc cùng với nhân viên cơ sở, chắc chắn bạn sẽ cảm nhận được sự vui sướng khi hoàn thành công việc và động lực để tiếp tục công việc này.

Phụ lục: Tài liệu tham khảo về nghiệp vụ

< Ví dụ về tiến trình 1 ngày làm việc >

Ở trang này chúng tôi xin đưa ra ví dụ về lịch trình 1 ngày làm việc ở các cấp độ khác nhau.

Tùy theo từng trung tâm mà lịch trình công việc có thể thay đổi nên vui lòng chỉ tham khảo.

Khoảng thời gian	Phân loại (Hạng mục)	Phân loại (Công việc)	Nghiệp vụ trọng tâm (HỘ LÝ)	Công việc cần chú ý cao độ (Cấp độ A)	Công việc cần chú ý (Cấp độ B)	Công việc đơn giản (Cấp độ C)		
Sáng sớm	Thức dậy	Chuẩn bị cho việc thức dậy			Chuẩn bị nước uống	Mở rèm		
		Đi toilet	Thay bím	Hướng dẫn di chuyển khi đi vệ sinh				
		Thay quần áo	Thay quần áo, chỉnh trang					
	Ăn uống	Ăn sáng	Hỗ trợ ra khỏi giường, di chuyển		Làm sệt đồ uống	Phát dụng cụ hỗ trợ	Vệ sinh mặt bàn	
			Hỗ trợ ăn uống		Hướng dẫn di chuyển đến nhà ăn		Phát tạp dề và khăn ướt	
			Phát thuốc		Theo dõi tình hình	Pha trà, đưa trà		
			Xác nhận khẩu phần ăn, thuốc uống			Thu dọn bàn ăn	Rửa chén bát	
			Vệ sinh răng miệng				Dọn dẹp phòng ăn (Lau bàn và sàn nhà)	
								Quét dọn sàn, thông gió
								Vệ sinh toilet
Buổi sáng	Dọn dẹp	Dọn phòng ở				Thay ga giường		
		Giặt giũ				Dọn giường		
	Khác	Phục hồi chức năng	Tiến hành phục hồi chức năng	Hỗ trợ vật lý trị liệu		Đổ rác		
				Theo dõi việc tự luyện tập		Bổ sung vật dụng		
					Giặt giũ			
					Thông gió, quét dọn sàn			
					Vệ sinh toilet			
					Lau chùi tay vịn			
					Đổ rác			
					Bổ sung vật dụng			
						Thu dọn vật dụng		

Khoảng thời gian	Phân loại (Hạng mục)	Phân loại (Công việc)	Nhiệm vụ trọng tâm (Hộ lý)	Công việc cần chú ý cao độ (Cấp độ A)	Công việc cần chú ý (Cấp độ B)	Công việc đơn giản (Cấp độ C)	
Buổi chiều	Ăn uống	Bữa trưa	Hỗ trợ ra khỏi giường, di chuyển	Làm sệt đồ uống	Phát dụng cụ hỗ trợ	Dọn chuẩn bị bàn ăn	
			Hướng dẫn di chuyển đến nhà ăn		Phát tạp dề và khăn ướt		
			Hỗ trợ ăn uống	Theo dõi tình hình	Pha trà, đưa trà		
			Phát thuốc				
	Tắm rửa	Tắm rửa	Xác nhận khẩu phần ăn, thuốc uống			Thu dọn bàn ăn	Rửa chén bát
			Vệ sinh răng miệng				Dọn dẹp phòng ăn (Lau bàn và sàn nhà)
			Chuẩn bị cho việc tắm rửa	Hỗ trợ di chuyển	Hướng dẫn di chuyển đến phòng tắm		Đun nước
			Cởi quần áo				Chuẩn bị đồ tắm
	Giặt giũ	Giặt giũ	Hỗ trợ tắm rửa	Theo dõi tình hình			
			Mặc quần áo	Sấy khô	Chuẩn bị nước uống	Vệ sinh phòng tắm	Bổ sung vật dụng
	Quản lý bảo trì trung tâm	Quản lý bảo trì trung tâm					Gấp đồ giặt là và trả đồ
							Gấp khăn lau tay
Giải trí	Giải trí					Vệ sinh xe cộ	
						Quản lý cây trồng (tưới nước)	
						Kiểm tra, bổ sung thiết bị	
			Hỗ trợ hoạt động sở thích				
			Hỗ trợ trực tiếp	Lên kế hoạch			
				Tiến hành, dẫn dắt	Chuẩn bị		
				Hỗ trợ		Thu dọn	
Buổi tối, ban đêm	Khác	Khác	Giao tiếp	Giao tiếp			
			Hỗ trợ di chuyển bằng xe lăn, đi bộ	Theo dõi khi di chuyển bằng xe lăn, đi bộ			
	Ăn uống	Bữa tối	Hỗ trợ ra khỏi giường, di chuyển	Làm sệt đồ uống	Phát dụng cụ hỗ trợ	Vệ sinh mặt bàn	
			Hướng dẫn di chuyển đến nhà ăn			Phát tạp dề và khăn ướt	
			Hỗ trợ ăn uống	Theo dõi tình hình	Pha trà, đưa trà		
			Phát thuốc				
	Trước khi đi ngủ	Trước khi đi ngủ	Xác nhận khẩu phần ăn, thuốc uống			Thu dọn bàn ăn	Rửa chén bát
			Vệ sinh răng miệng				Dọn dẹp phòng ăn (Lau bàn và sàn nhà)
			Hỗ trợ đi vệ sinh (đi toilet hoặc thay bím)	Hướng dẫn di chuyển đến toilet			
			Thay quần áo				Chuẩn bị đồ mặc cho ngày hôm sau
			Xác nhận việc ngủ				



ダウンロードはこちらから

<http://www.pref.fukuoka.lg.jp/contents/care-supporter.html>

発行 福岡県保健医療介護部高齢者地域包括ケア
推進課介護人材確保対策室

制作 公益社団法人福岡県介護老人保健施設協会

編集 株式会社 リバルタス・コンサルティング