

# SLIDING SHEET

การใช้ผ้าเคลื่อนย้ายผู้ป่วย

# VS

# MANUAL HANDLING

การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบใช้แรงคน

## ทางเลือกที่ปลอดภัยและมีประสิทธิภาพกว่า

### Manual Handling

### Sliding Sheet

#### ผลกระทบต่อผู้ป่วย



- เสี่ยงต่อการถลอกหรือระคายเคืองผิวหนังจากแรงเสียดทาน
- เกิดแรงเฉือน (Shear Force) ส่งผลให้มีความเสี่ยงในการเกิดแผลกดทับ



- อุปกรณ์ลดแรงเสียดทานช่วยให้เคลื่อนย้ายผู้ป่วยได้ง่ายขึ้น
- ลดความเสี่ยงจากการเสียดสีและแรงเฉือนระหว่างผิวหนังผู้ป่วยและพื้นผิวเตียง

#### ผลกระทบต่อผู้ดูแล



- เสี่ยงต่อการบาดเจ็บกล้ามเนื้อหลัง ไหล่ และข้อมือจากการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย
- เสี่ยงต่อการบาดเจ็บเรื้อรังจากการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยเป็นประจำ



- ผู้ดูแลเคลื่อนย้ายผู้ป่วยโดยใช้ “แรงดัน/ผลัก” เบาๆ แทน “แรงยก”
- เคลื่อนย้ายผู้ป่วยโดยใช้แรงน้อยกว่า ช่วยลดโอกาสบาดเจ็บของผู้ดูแล

#### สรุปข้อแตกต่าง

- การเคลื่อนย้าย**ใช้แรงมาก** ต้องมีผู้ช่วย 2-3 คน
- ส่งผลให้ผู้ดูแล**เหนื่อยล้า** และเสี่ยงต่อการบาดเจ็บในระยะยาว
- เพิ่มโอกาสเกิดแผลกดทับในผู้ป่วยจากแรงเสียดทานและแรงเฉือน

- **ลดแรงเสียดทาน**ได้อย่างมีประสิทธิภาพ
- ผู้ดูแล**ใช้แรงน้อยลง**อย่างมีนัยสำคัญ
- สอดคล้องกับแนวปฏิบัติแบบ **No-Lift Care** ที่ลดการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยด้วยแรงคน

