

照顧工作小訣竅

協助復健

復健對於長者來說，是能維持身體機能及生活品質的重要訓練。移工應依據醫師建議規劃，並視長者身體狀態及意願配同進行。

- ★ 復健前更換舒適衣物鞋襪及尿布
- ★ 陪同或善用復健器材
- ★ 可視情況於復健前後按摩長者的四肢
- ★ 提供陪伴與適時的鼓勵



เคล็ดลับงานดูแลผู้สูงอายุ/ผู้ป่วย

★ ช่วยทำกายภาพบำบัด ★

การทำกายภาพบำบัดเป็นการฝึกฝนสำคัญที่สามารถช่วยรักษาสมรรถภาพทางกายและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ แรงงานต่างชาติควรปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์พร้อมพิจารณาจากสภาพร่างกายและความประสงค์ของผู้สูงอายุในการพาไปทำกายภาพบำบัด



เปลี่ยนมาสวมเสื้อผ้าที่สามารถเคลื่อนไหวร่างกายได้สะดวก รวมถึงรองเท้ายางเท้าและผ้าอ้อมอนามัย



คอยดูแลหรือช่วยเหลือในการใช้อุปกรณ์กายภาพบำบัด



อาจช่วยนวดแขนขาของผู้สูงอายุก่อนทำกายภาพบำบัด



คอยดูแลและให้กำลังใจ



Tips pekerjaan perawatan Membantu Terapi

Terapi bagi lansia merupakan latihan yang penting guna menjaga fungsi tubuh dan kualitas hidup.

Pekerja migran harus merencanakannya sesuai dengan saran dokter, serta melaksanakannya dengan meninjau kondisi tubuh dan keinginan lansia.

- ★ Menggantikan pakaian, sepatu, kaus kaki dan popok yang nyaman sebelum terapi
- ★ Menemani atau memanfaatkan peralatan terapi dengan baik
- ★ Memijat empat sendi lansia saat sebelum dan setelah terapi jika diperlukan
- ★ Menemani dan memberikan semangat



Mẹo nhỏ cho công việc chăm sóc

Hỗ trợ phục hồi chức năng

Phục hồi chức năng là một bài tập quan trọng cho người cao tuổi để duy trì chức năng thể chất và chất lượng cuộc sống.

Người chăm sóc nên lên kế hoạch theo lời khuyên của bác sĩ, và thực hiện theo tình trạng thể chất và sự hợp tác của người cao tuổi.

- ★ Thay quần áo, giày dép và tã lót thoải mái trước khi phục hồi chức năng.
- ★ Sử dụng tốt thiết bị phục hồi chức năng.
- ★ Tùy từng trường hợp mà xoa bóp tay chân cho người già trước và sau phục hồi chức năng.
- ★ Cung cấp sự đồng hành và động viên kịp thời.



Care work tips

★ Helping with rehabilitation

For senior care recipients, rehabilitation can help with physical functions and quality of life. Foreign care workers should follow proposals and plans made by medical professionals while also taking into consideration the physical capability and willingness of senior care recipients.

- ★ **Change into comfortable clothing, footwear, and if necessary an adult diaper**
- ★ **Accompany senior care recipients or learn how to use the rehabilitation apparatus**
- ★ **Depending on the situation, massage the limbs of senior care recipients both before and after rehabilitation**
- ★ **Accompany senior care recipients and provide encouragement**

