为老年人布置睡眠环境

操作要点

情景描述:卢奶奶，75 岁，生活半自理，现在是晚上 8： 30，卢奶奶坐在椅子上看电视。这时护理员进到卢奶奶房间准备协助其上床睡觉，卢奶奶主诉最近天气转凉，夜里觉得冷，容易醒。请护理员为卢奶奶布置睡眠环境。

沟通：

护理员:“卢奶奶，这两天天气凉，给您加一床毛毯。”

关闭窗户，拉好窗帘：

护理员:“刚才已经通风，现在我把窗户关好，咱拉上窗帘啦；”

调节温湿度：

护理员:“奶奶，空调给您调到 24℃可以吗?”墙角放盆水，可以调节室内湿度，避免空气太干燥;

铺床：

(1) 检查床铺有无渣屑，按压床铺感受软硬度;

(2) 护理员:“奶奶，床铺软硬度还可以吗?”

(3) 铺平褥子，拍松枕头;

(4) 护理员:“奶奶，枕头拍松了，您看高度合适吗?”

(5) 展开盖被呈 S 形折叠对侧;

(6) 协助老年人上床就寝，盖好盖被，加盖毛毯;

(7) 询问是否有其他需求，及时满足;

(8) 调节光线，开启地灯，关闭大灯，护理员轻步退出房间，轻手关门;