แบบทดสอบความรู้ทั่วไป ก่อน-หลัง การดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน

ชื่อ-สกุล..... อายุ.....ปี

ตำบล..... ศูนย์บริการสาธารณสุข.....

<u>คำชี้แจง</u> โปรดทำเครื่องหมาย ✓ หรือ ✕ หน้าหมายเลขข้อตามความคิดเห็นของท่าน

..... ๑. การดูแลผู้สูงอายุเหมือนกับการดูแลเด็ก

..... ๒. ถ้าผู้สูงอายุได้ยินไม่ชัดเจน หรือหูตึง ควรตะโกนพูดเสียงดังเพื่อช่วยให้ผู้สูงอายุได้ยินชัดเจนขึ้น

..... ๓. ไม่ควรใช้คำถามว่า "ทำไม" ถามผู้สูงอายุ เพราะจะทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกอึดอัด เหมือนถูกตำหนิ

..... ๔. วัยสูงอายุ การเผาผลาญพลังงานลดลง ควรได้รับอาหารให้หลากหลายชนิดครบทั้ง ๕ หมู่ แต่ ปริมาณควรลดน้อยลงกว่าวัยหนุ่มสาว

..... ๕. นอกจากอาหาร ๓ มื้อหลักที่ลดปริมาณลงแล้ว ผู้สูงอายุควรกินอาหารระหว่างมื้อด้วย เพื่อให้ได้รับอาหารเพียงพอ

..... ๖. หากผู้สูงอายุท้องผูกเป็นประจำผู้ดูแลควรให้ยาระบายทุกวันเพื่อไม่ให้รู้สึกแน่นอึดอัดท้อง

..... ๗. บ้านที่มีผู้สูงอายุอยู่ด้วย ถ้ามีพื้นต่างระดับ ไม่ควรทาสีแตกต่างกัน เพราะจำทำให้ผู้สูงอายุเวียนศีรษะเกิดอุบัติเหตุ ล้มได้ง่าย

..... ๘. ขณะออกกำลังกายถ้ามีอาการปวดตามข้อต่างๆ หรือกล้ามเนื้อ ควรหยุดออกกำลังกายทันที

..... ๙. การต่อปากต่อคำกับผู้สูงอายุทำให้ผู้สูงอายุอารมณ์ดี ไม่หลงลืมหรือสมองเสื่อมง่าย

..... ๑๐. การช่วยผู้สูงอายุเดินควรช่วยจับบริเวณเอวของผู้สูงอายุ

..... ๑๑. การแปรงฟันให้ผู้สูงอายุควรต้องทำความสะอาดบริเวณกระพุ้งแก้ม เหงือก และลิ้นด้วย

..... ๑๒. การทำความสะอาดบริเวณอวัยวะขับถ่ายให้แก่ผู้สูงอายุควรเช็ดจากด้านล่างขึ้นด้านบน

..... ๑๓. การป้อนอาหารควรจัดให้ผู้สูงอายุนอนศีรษะสูง เพื่อกลืนอาหารสะดวกและป้องกันการสำลักอาหาร

..... ๑๔. หากวัดค่าความดันโลหิตของผู้สูงอายุได้ค่า ๑๓๐/๘๐ มิลลิเมตรปรอท แสดงว่าผู้สูงอายุเป็นโรคความดันโลหิตสูง

..... ๑๕. อุณหภูมิของร่างกายปกติ คือ ๓๗.๖-๓๘.๔ องศาเซลเซียส

..... ๑๖. เมื่อผู้สูงอายุมีอาการท้องเสีย ควรดื่มน้ำมากๆ

..... ๑๗. ถ้าผู้สูงอายุสำลักอาหารให้ช่วยเหลือโดยให้ผู้สูงอายุไอออกมาแรงๆ ถ้าไม่ออกให้ใช้วิธีกดหน้าท้องช่วย

..... ๑๘. หากผู้สูงอายุล้มมีแผลฟกช้ำ ควรรีบใช้ยาหม่องหรือยาแก้ฟกช้ำนวดคลึงโดยเร็ว

..... ๑๙. การเข้าเฝือกชั่วคราวให้พันทับบริเวณกระดูกหัก และมัดยึดข้อต่อบริเวณเหนือและใต้กระดูกหัก

..... ๒๐. หลักในการให้ยาแก่ผู้สูงอายุ คือ ถูกโรค ถูกคน ถูกเวลา ถูกวิธี และถูกขนาด

LIVEWORKSHEETS