

مهارت معاینه ی فیزیکی



مدرس دکتر ملاحت نیک روان
عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

درسنامه
بررسی وضعیت سلامت
و معاینات بالینی



نگارش
دکتر ملاحح نیک روان مفرد
عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

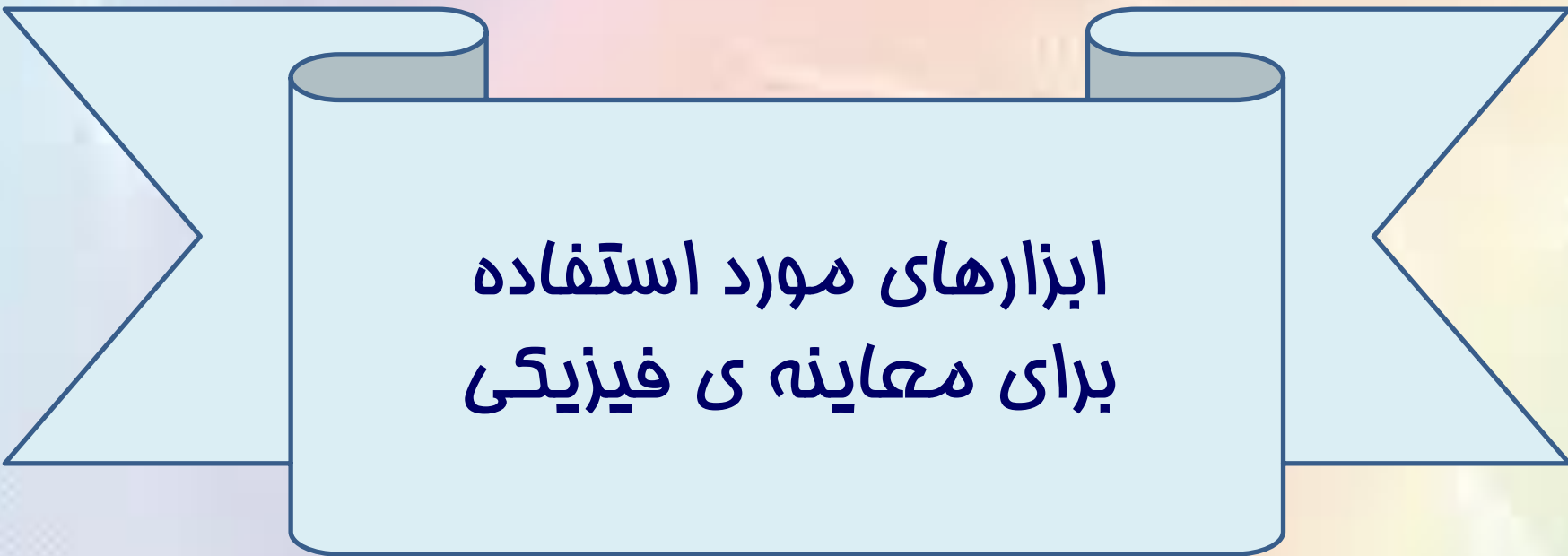




پرستار باید
بلافاصله بعد از گرفتن شرح حال،
بیمار را مورد معاینه قرار دهد.

لازم به ذکر است که انجام همه ی این معاینات
برای همه ی بیماران ضرورتی ندارد.

اما معاینه ی ریه، شکم و اندام ها و پوست تقریباً همیشه ضروری است.



ابزارهای مورد استفاده برای معاینه ی فیزیکی

دستکش معاينه

پيش از معاينه ي بیمار بايد، پرستار بايد دست های خود را شسته،
از دستکش لاتکس استفاده کند.
دستکش بايد کاملاً اندازه ي دست های پرستار باشد.



ساعت با ثانیه شمار

برای شمارش نبض، تنفس، و صداهای روده
نیاز به ساعت با ثانیه شمار وجود دارد که در دیدرس پرستار باشد.



ماده ی ضد عفونی و ماسک

قبل و بعد از معاینه ی بیمار

باید دست ها توسط ماده ی ضد عفونی، پاک شوند.

هم چنین در صورت لزوم باید پیش از معاینه از ماسک استفاده شود.



چراغ قوه

همراه داشتن یک چراغ قوه ی قلمی و پر نور،
یکی از ملزومات معاینه فیزیکی است.
از این چراغ قوه می توان برای بررسی سوراخ ها و مجاری
نظیر بینی، دهان و مجرای گوش،
و نیز بررسی دقیق تر حاشیه ی زخم ها استفاده کرد.
به علاوه برای بررسی پاسخ رفلکس مردمک ها به نور،
همیشه نیاز به یک چراغ قوه وجود دارد.



متر نواری

از این وسیله برای اندازه گیری قطر اندام ها، شکم و سر استفاده می شود.
معمولا مترهای معاینه، از یک جنس قابل انعطاف ساخته شده اند.



آبسلانگ

از این وسیله برای فشردن زبان به کف دهان
در معاینه ی حلق، بررسی رفلکس gag، و معاینه ی عصب تری ژمینال
استفاده می شود.



گوشی پزشکی



آشنایی با گوشی پزشکی



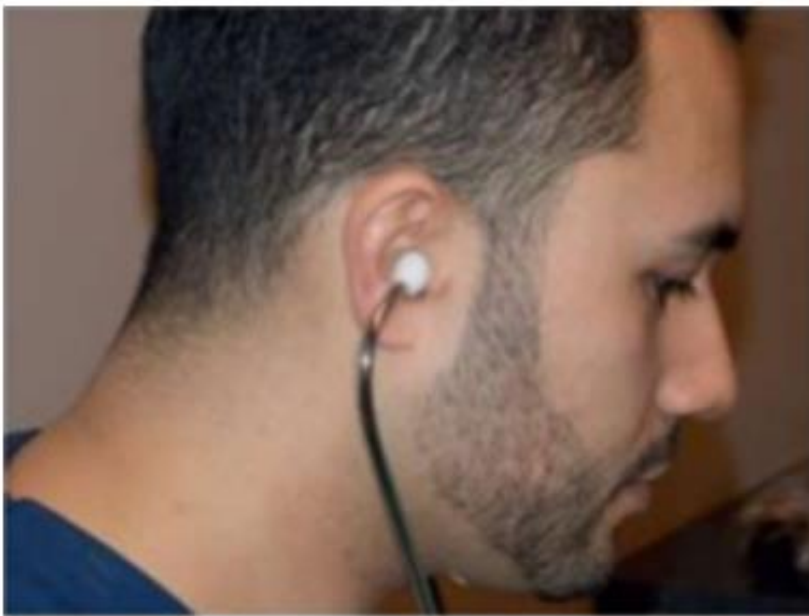
مجرای فلزی با قابلیت تنظیم زاویه ی آن



قطعه ی گوشی پزشکی



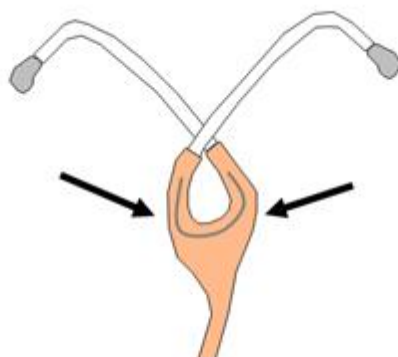
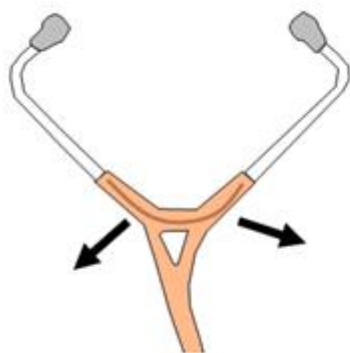
خم کردن مجرای فلزی با زاویه ۱۵ درجه، و در امتداد مجرای گوش



جای گیری درست و غلط گوشی در گوش



محل جای گیری صحیح قسمت دوراهی گوشی، در مقابل چانه

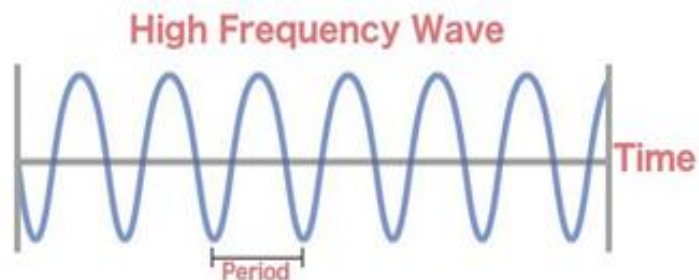


تنظیم تغییر شکل نامطلوب مجرای فلزی

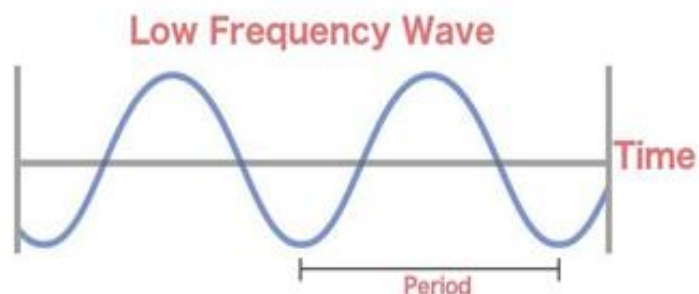


اندازه گیری طول و قطر مجرای پلاستیکی

صدای زیر، با فرکانس بالا
(high pitch F.)



صدای بم، با فرکانس پایین
(low pitch F.)



صداهای زیر با فرکانس بالا توسط بل، و صداهای بم با فرکانس پایین توسط دیافراگم شنیده می شوند.



برای سمع توسط دیافراگم،
باید سطح آن را بر بدن فشار داد.



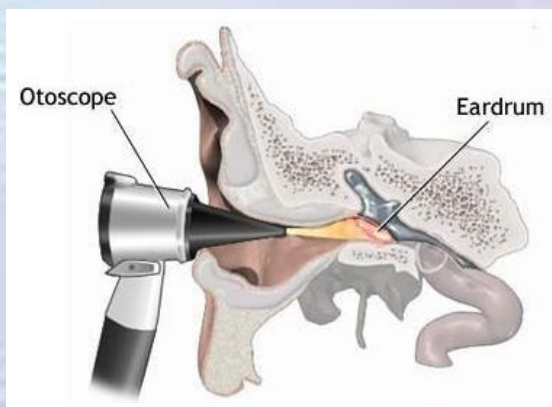
برای سمع توسط بل، باید
گوشی را به نرمی روی بدن قرار داد.



برای سمع توسط
گوشی فاقد بل، با فشار گوشی بر
بدن، به صورت دیافراگم عمل
کرده، و با عدم فشار، مشابه بل
عمل می کند.

اتوسکوپ otoscope

از آن برای مشاهده ی مجرای خارجی و میانی گوش استفاده می شود.
این ابزار از یک منبع الکتریکی تولید نور و یک عدسی با قدرت،
سر یا اسپیکولوم پلاستیکی و یک دسته تشکیل شده است.
اسپیکولوم ها دارای چند سایز مختلف هستند
تا بر اساس تنگی و گشادی مجرای گوش، از آن ها استفاده شود.



از این ابزار می‌توان برای معاینه بینی نیز استفاده قرار کرد.



مدرس : دکتر نیک روان

افتالموسکوپ ophthalmoscope

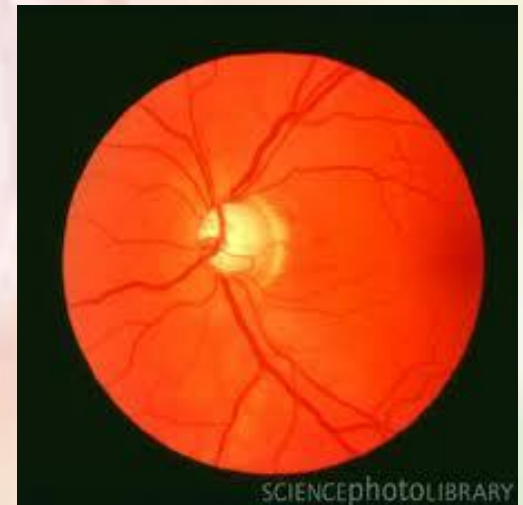
عموما به منظور بررسی و معاینه

اختلالات موجود در رتین و محفظه ویتروس چشم مورد استفاده قرار می گیرد.

افتالموسکوپ از یک نور فلاش کوچک و منبع نور

همراه با تعداد زیادی لنز چرخشی تشکیل شده است

که می تواند تا ۱۵ برابر بیشتر، بزرگنمایی داشته باشد.



چکش رفلکس

منظور از رفلکس، عکس العمل فرد نسبت به تحریکات بیرونی است.
این رفلکس ها در نقاط بدن به صورت های مختلف دیده می شوند.

یکی از این رفلکس ها، رفلکس عمقی تاندون ها نام دارد که طی آن،
با وارد کردن ضربه روی تاندون هر یک از عضلات،
واکنش عضله نسبت به تحریک مورد ارزیابی قرار می گیرد.
ابزاری که بدین منظور استفاده می شود، چکش رفلکس نام دارد.

این چکش ها در انواع مختلف و با کاربردهای گوناگون طراحی شده
و طول آن ها معمولا بین ۲۵ تا ۴۰ سانتیمتر است.

چکش رفلکس تیلور (مثلثی)

چکش تیلور جزو پرکاربرد ترین چکش های رفلکس بوده،
به ویژه برای معاینه ی اطفال مورد استفاده قرار می گیرد.
این چکش از دسته و یک سر مثلثی از جنس سیلیکون ساخته شده،
نسبت به سایر انواع چکش های معاینه دارای وزنی سبک تر است.



چکش رفلکس ترومنر (دوسر گرد)

این چکش از یک دسته و دو سر گرد تشکیل شده است. معمولاً از سر کوچک تر به منظور انجام برخی معاینات در کودکان و گاهی برای انجام دق قفسه ی سینه و شکم استفاده می شود. قسمت پهن تر این چکش برای انجام تست رفلکس زانو مورد استفاده قرار می گیرد.



Tromner

چکش معاینه باینسکی (گرد)

این چکش از نظر ظاهری دارای یک دسته و یک سر تیز است
که برای انجام برخی معاینات حسی
و سنجش رفلکس کف پا (باینسکی) کاربرد دارد.



Babinsky



Buck

دیاپازون

وسیله ای چنگک مانند از جنس آلومنیوم یا استیل بوده، دارای یک پایه و دو شاخه موازی است. هنگام استفاده، پایه ی آن در دست فرد معاینه کننده قرار گرفته و به آن ضربه وارد می شود. به این ترتیب، دیاپازون دچار ارتعاش می گردد. وجود دو شاخه موازی موجب تداوم ارتعاش ایجاد شده می شود.

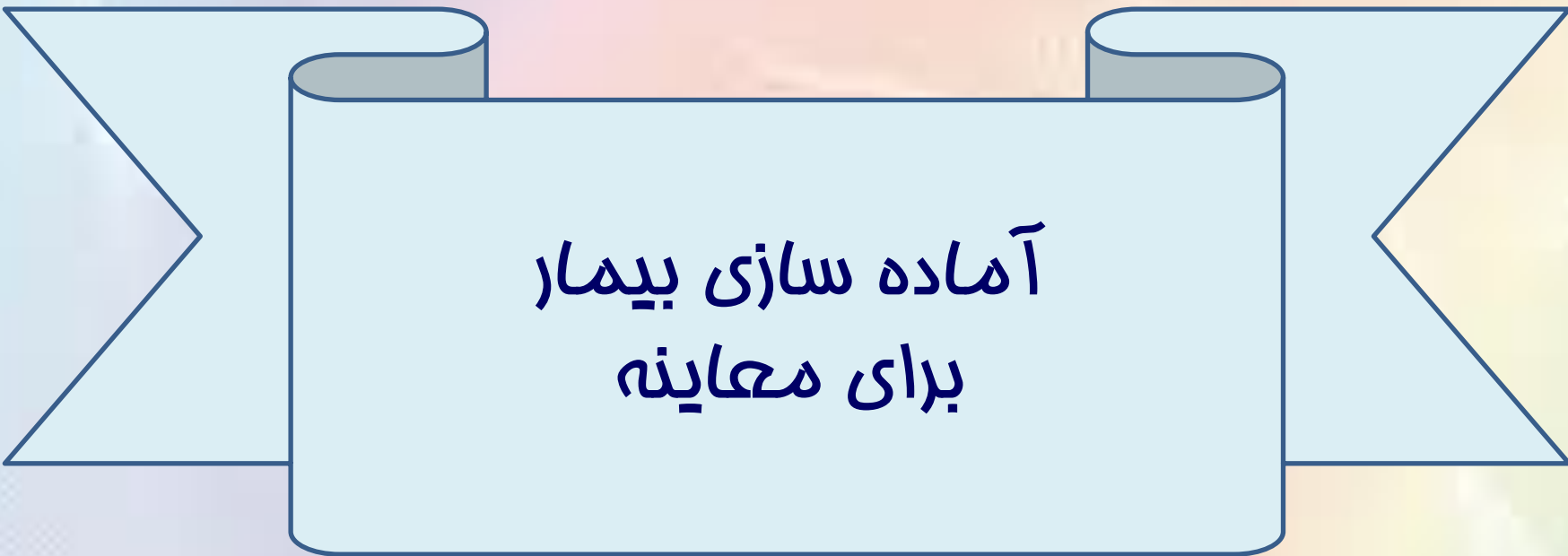


دیاپازون ها در محدوده ی فرکانس های
۱۲۸، ۲۵۶، ۵۱۲، ۱۰۲۴، و ۲۰۵۶ هرتز ساخته می شوند.
معمولا جهت معاینات شنوایی،
از دیاپازون هایی با فرکانس ۱۲۸ و ۵۱۲ هرتز استفاده می شود.



علاوه بر معاینات شنوایی، دیاپازون در تست های اعصاب حسی نیز کاربرد دارد
و حتی گاهی به صورت دوسره،
همراه با چکش رفلکس مورد استفاده قرار می گیرد.





آماده سازی بیمار برای معاینه

آماده سازی محیط

- محیط معاینه باید گرم و راحت باشد. سرمای محیط علاوه بر این که باعث ناراحتی بیمار می شود، به دلیل انقباض عضلانی حاصل از آن، سمع صداها را بدن را با مشکل رو به رو می سازد.
- در طول معاینه باید محل آن خصوصی بوده، درب اتاق بسته باشد.
- در رابطه با معاینه ی نواحی ای که بیمار را شرم زده می کند، باید توجه داشت که حتما فرد هم جنس بیمار در اتاق و در کنار وی حضور داشته باشد. این نکته به ویژه در رابطه با معاینه ی خانم ها اهمیت دارد.

آماده سازی پوشش ها

- بدن بیمار باید به نحوی پوشانده شود که در هر نوبت، فقط یک قسمت از آن قابل مشاهده باشد. این روش از خجالت زدگی و ناراحتی بیمار می کاهد.
- در صورت لزوم باید بیمار لباس خود را با گان تعویض نماید.
- قسمتی از بدن بیمار که معاینه نمی شود باید پوشیده بماند.



آماده سازی ابزارها

- کلیه وسایل مورد نیاز برای معاینه بیمار باید در دسترس قرار گیرد.
- باتری های دستگاه ها باید دارای نور کافی باشد.
- پیش از شروع معاینه، دست ها باید گرم شود.
- هم چنین دست ها باید ضد عفونی شوند.



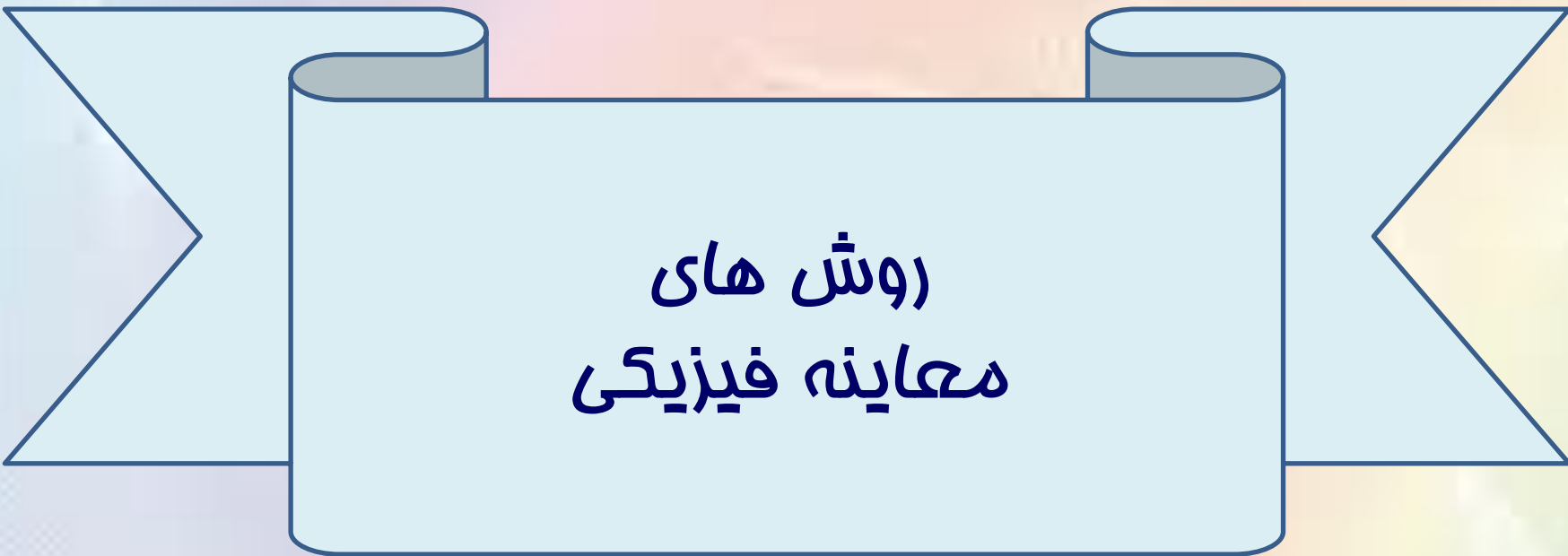
آماده سازی روحی و جسمی بیمار

- پیش از شروع معاینه، پرستار باید خود را به بیمار معرفی کند و روش کار را توضیح دهد.
- حتما توسط پرسیدن نام بیمار، او را شناسایی و بعد اقدام به معاینه نماید.
- همیشه قبل از انجام روش بعدی، بیمار را در جریان معاینه ی آتی قرار دهد.
- در طول معاینه، باید متوجه گریم صورت بیمار بود.
- حرکات و پوزیشن بیمار از نظر وجود درد باید مورد مشاهده دقیق قرار گیرد.



آماده سازی روحی و جسمی بیمار

- بهتر است پیش از شروع معاینه، بیمار مثانه خود را تخلیه کند.
- برای هر معاینه ای، بیمار باید در پوزیشن مناسب قرار داده شود.
- به منظور جلوگیری از تغییر پوزیشن های مکرر، باید کلیه ی معایناتی که در یک پوزیشن خاص، مثلا نشسته یا خوابیده باید صورت گیرد، پشت سر هم انجام شود.
- باید سعی شود که در هر مرحله از معاینه، دستورات کاملا مودبانه و واضح به بیمار داده شود.



روش های معاينه فیزیکی

معاینات فیزیکی جزو اقدامات روتینی است
که پرستار برای بررسی وضعیت سلامت مددجوی خود باید انجام دهد.

جهت انجام معاینه بهتر است در سمت راست بیمار قرار گیرید.



طی انجام معاینات فیزیکی:
- اختلالات احتمالی که باید زودتر
به آن ها رسیدگی شود، مشخص
می گردد.

- مواردی که ممکن است در آینده
برای بیمار مشکل ساز باشد، تعیین
می شود.

البته باید توجه داشت که پرستاران
نیازی به یادگیری کلیه ی معاینات ندارند
فقط باید به معایناتی پردازند
که برای تعیین تشخیص های پرستاری ضروری بوده،
بر اساس آن بتوانند برای مداخلات خود برنامه ریزی کنند.

به طور کلی، معاینات فیزیکی توسط چهار روش صورت می گیرد:

مشاهده

لمس

دق

سمع

مشاهده Inspection

مشاهده همیشه اولین، و شاید مهم ترین روش معاینه ی بیمار باشد.
طی این روش، پرستار نگاه خود را روی موارد خاصی
نظیر علائم مشهود یک اختلال یا بیماری معطوف می کند.

مشاهده به قصد معاینه، با نگاه کردن معمولی فرق دارد
و طی آن پرستار باید بتواند بیمار خوش حال را از بد حال تشخیص دهد،
متوجه تغییرات حیاتی رنگ پوست شود،
دفورمیتی های بدن را ببیند،
درد واقعی را از تظاهر به درد افتراق دهد،
متوجه علائم مشهود بیماری شود و...



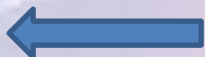
مواردی که در ظاهر عمومی بیمار باید مورد توجه قرار گیرد

➤ ویژگی های جسمی: شکل بدن، ویژگی های خاص یا غیر طبیعی در شکل، تقارن، رشد و...



مواردی که در ظاهر عمومی بیمار باید مورد توجه قرار گیرد

➤ رفتار: هوشیار، فعال، خواب آلوده، آرام، بی قرار، تهاجمی، سازگار



مواردی که در ظاهر عمومی بیمار باید مورد توجه قرار گیرد

➤ سلامتی: خوش حال ، بد حال (ill)



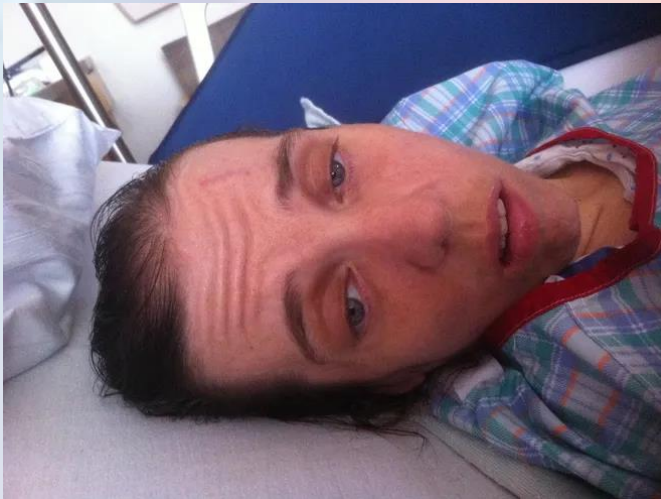
مواردی که در ظاهر عمومی بیمار باید مورد توجه قرار گیرد

➤ رنگ: صورتی، رنگ پریده، برافروخته، زرد، سیانوتیک



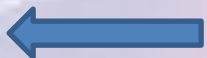
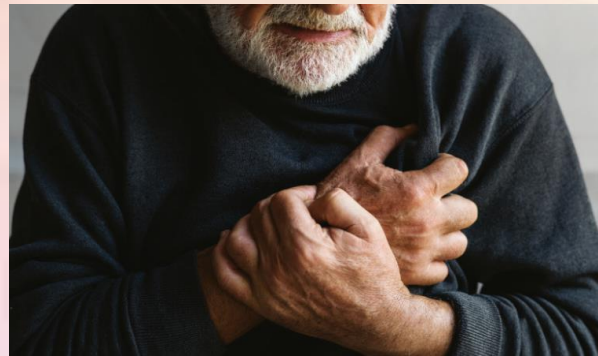
مواردی که در ظاهر عمومی بیمار باید مورد توجه قرار گیرد

➤ آراستگی یا ژولیدگی: (که دلیل بر بد حال بودن، یا بهداشت ضعیف است)



مواردی که در ظاهر عمومی بیمار باید مورد توجه قرار گیرد

➤ وضعیتی که بدن بیمار به خود می گیرد: (مثلا به دلیل درد) و حرکت و راه رفتن



مواردی که در ظاهر عمومی بیمار باید مورد توجه قرار گیرد

➤ علائم مشهود یک بیماری یا اختلال:



لمس Palpation

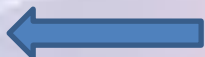
روشی است که طی آن پرستار از انگشتان،
کف یا پشت دست خود

برای بررسی اندازه، قوام، زمینه، محل، حرارت و حساسیت یک ارگان
یا بخشی از بدن استفاده می کند.

اصولا هر بخشی از دست، برای نوع خاصی از لمس به کار گرفته می شود.



- پشت دست: جهت بررسی حرارت بدن



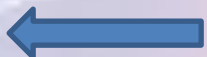
- کف دست:

برای بررسی لرزش ها و حرکات ارگان های درون بدن



– انگشتان دست:

به منظور بررسی وجود توده ها، اندازه، شکل و تحرک آن ها،
و نیز واکنش بیمار به لمس



– انگشتان شست و اشاره:

جهت بررسی قوام (نرمی و سفتی) و اندازه یک توده یا عضو، و نیز بررسی مفاصل



دق percussion

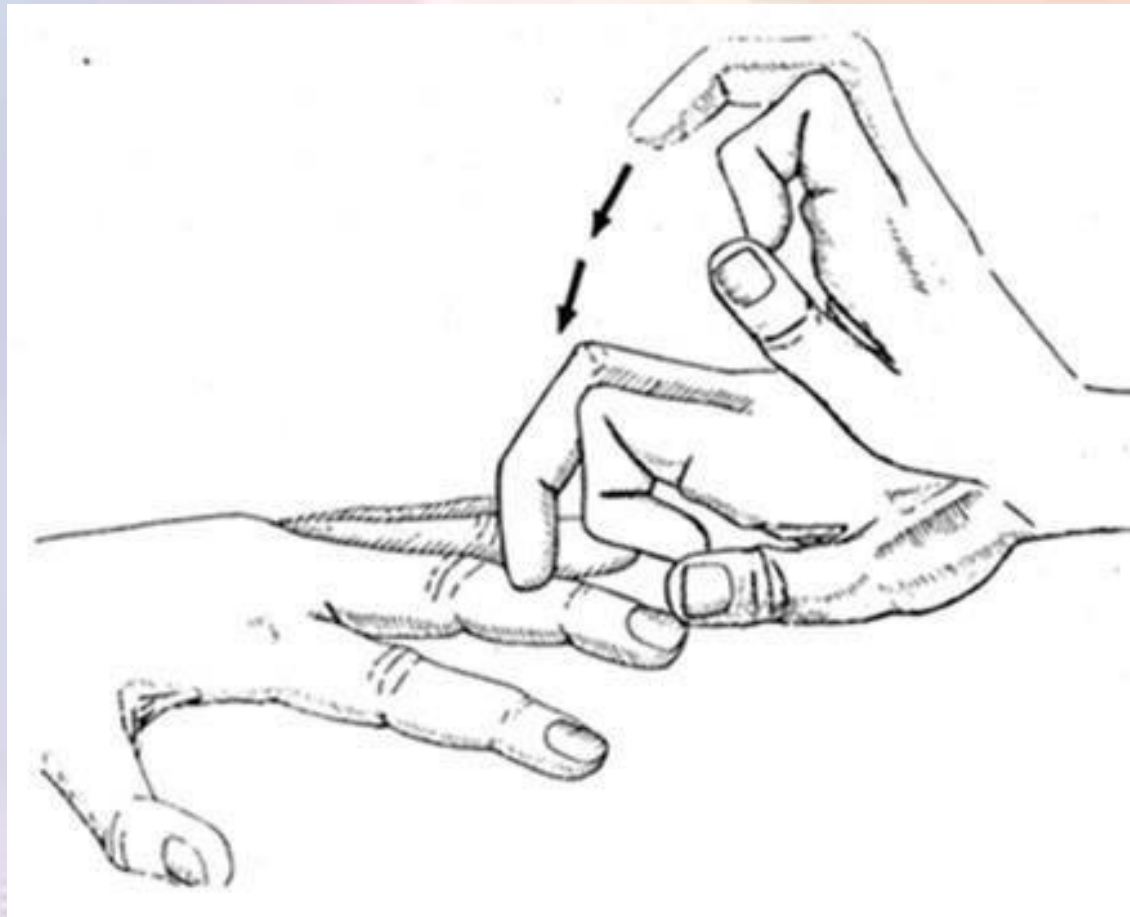
روشی است که طی آن، با کوبیدن بر بخشی از بدن توسط انگشتان، صداهای برگشتی از بدن مورد ارزیابی قرار می گیرد.

آن چه که از معاینه ی دق به دست می آید، عبارت است از:

- اندازه، قوام (تو پر یا تو خالی بودن)، و محدوده ی یک ارگان
- حضور یا نبود مایع یا گاز در مکانی از بدن



حالت چکشی مچ دست و انگشتان برای انجام دق



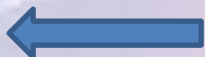
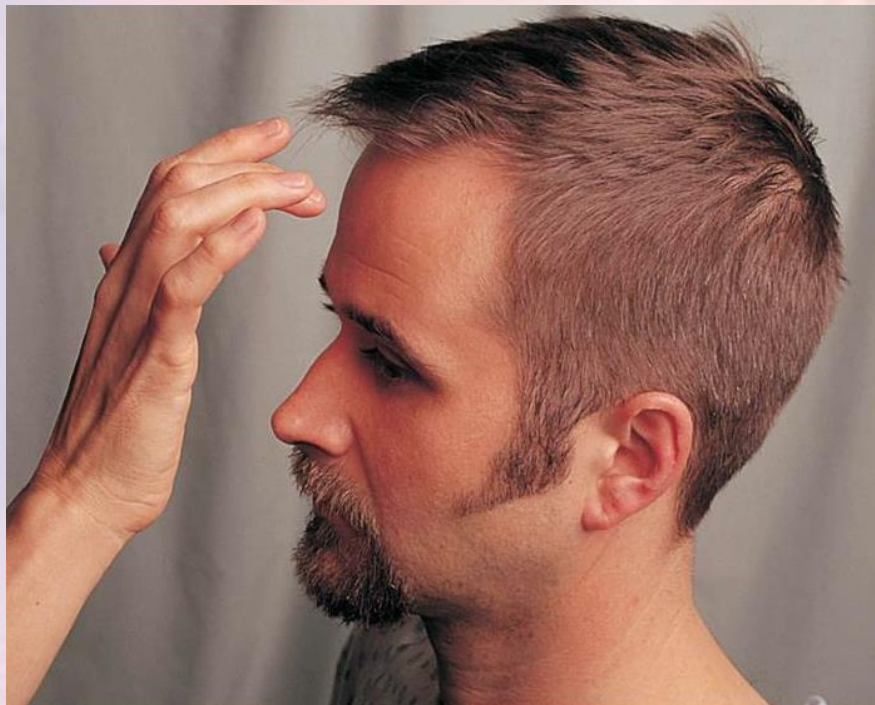
با کوبیدن بر بدن، صداهایی حاصل می شود که وابسته به بافت زیر محل دق است:

- استخوان ها، مفاصل و اندام های تو پر نظیر کبد، و نیز مکان هایی که در آن ها تجمع مایع وجود دارد مثل قلب، صدای ماتی را ایجاد می کنند که به آن صدای **Dull** یا **ماتیته** گفته می شود.
- شکم و اندام های تو خالی و پر هوا، صدای تمپو ماندی را از خود ایجاد می کنند که به آن **صدای تمپان Tympanic** می گویند.
- ریه ها، که هم پر از هوا بوده و هم دارای نسج بافتی هستند، صدای خاص خود را ایجاد می کنند که **سونوریتیه یا رزونانت Resonant** نام دارد.

در مجموع سه روش برای دق مورد استفاده قرار می گیرد:

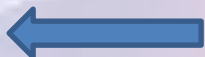
۱- دق مستقیم:

ضربه مستقیماً توسط انگشت میانی دست، بر محل کوبیده می شود.
از این روش بیشتر برای بررسی وضعیت سینوس های صورت استفاده می گردد.



۲- دق با مشت:

معمولا برای بررسی وضعیت کلیه ها مورد استفاده قرار می گیرد. برای انجام این روش، باید یک دست را روی پهلوی بیمار قرار داده، با دست دیگر، به آرامی و نرمی، روی آن با مشت، ضربه وارد شود.



۳- دق با واسطه:

رایج ترین روش دق بوده،
از آن برای بررسی وضعیت، اندازه، دانسیته ی عضو،
و وجود هوا یا مایع اضافی در ناحیه استفاده می شود..



در رابطه با دق با واسطه باید توجه داشت که برای انجام دق،
باید حتما انگشتان دست واسطه، روی بدن بیمار بخوابد،
و حتما انگشتان دست از هم باز باشند.
صدای دق با انگشتان بسته، کاملاً متفاوت از صدای دق با انگشتان باز است.



سمع Auscultation

عبارت از گوش دادن به صداهای بدن بوده،
معمولا با استفاده از گوشی پزشکی انجام می شود.
ارگان هایی که مورد سمع قرار می گیرند
عموما شامل ریه ها، قلب، عروق و روده ها هستند.

مواردی که پرستار باید در صدای سمع شده به آن توجه داشته باشد عبارتند از:

- فرکانس Frequency (زیر یا بم بودن صدا)
- شدت Intensity (بلند یا کوتاه بودن)
- مدت زمان Duration (تداوم صدا)
- عدد Number (تعداد صداهای شنیده شده)
- کیفیت Quality (تشابه صدا مثلا به باد، خشن یا لطیف بودن صدا...)

A night sky with a full moon, stars, and bare tree branches. The sky is a mix of blue, purple, and pink, with a large, bright full moon in the center. The branches of bare trees are silhouetted against the sky. The text 'خسته نباشید' is written in white Persian script in the lower left corner.

خسته نباشید

...