

25	<b>ΠΡΩΤΗ ΕΓΕΡΣΗ ΑΡΡΩΣΤΟΥ</b>	
	<b>ΥΛΙΚΑ ΠΟΥ ΑΠΑΙΤΟΥΝΤΑΙ:</b>	<b>ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ</b>
	πολυθρόνα με 2-3 μαξιλάρια, ρόμπα, ελαστικοί επίδεσμοι, πιεσόμετρο, κάγκελο	
	<i>Πλένουμε τα χέρια μας.</i>	<b>2</b>
	<i>Μπαίνουμε στο δωμάτιο, καλημερίζουμε, ζητάμε από τους επισκέπτες να περάσουν για λίγο έξω. Ενημερώνουμε τον ασθενή για το τι πρόκειται να κάνουμε και ποια είναι η διαδικασία. Προετοιμάζουμε την πολυθρόνα με τα μαξιλάρια κοντά στο κρεβάτι.</i>	<b>2</b>
	<i>Μετράμε το σφυγμό του αρρώστου και την αρτηριακή πίεση. Εκτιμούμε το αποτέλεσμα.</i>	<b>2</b>
	<i>Αν τα ζωτικά είναι φυσιολογικά, ανεβάζουμε το ερεισίνωτο σε 90°.</i>	<b>2</b>
	<i>Τοποθετούμε ελαστικούς επίδεσμους μέχρι πάνω από τα γόνατα.</i>	<b>3</b>
	<i>Μετράμε για δεύτερη φορά την ΑΠ. Νέα εκτίμηση του αποτελέσματος. Ρωτάμε στον άρρωστο πως αισθάνεται.</i>	<b>2</b>
	<i>Αν είναι καλά, βοηθούμε τον άρρωστο να κάνει μια στροφή και να κρεμάσει τα πόδια του στο πλάι του κρεβατιού. Φοράμε παντόφλες στον άρρωστο. Στεκόμαστε μπροστά στον ασθενή.</i>	<b>2</b>
	<i>Του ζητάμε να ενώσει τα χέρια του και να τα τοποθετήσει πίσω από τον αυχένα μας. Του ζητάμε να κοιτάζει ευθεία μπροστά του. Του ζητάμε να ακουμπήσει τα πόδια στο πάτωμα. Βάζουμε τα δικά μας μπροστά στα δικά του ούτως ώστε να μη γλιστρήσουν. Πιάνουμε τη μέση του αρρώστου έχοντας λυγίσει λίγο τα πόδια μας. Σηκώνεται ο ασθενής, στέκεται στα πόδια του. Εκτελούμε μια στροφή 90 μοιρών και καθίζουμε τον άρρωστο στην πολυθρόνα.</i>	<b>4</b>
	<i>Τακτοποιούμε τους ορούς, τους καθετήρες κτλ και δίνουμε το κουδούνι.</i>	<b>1</b>