

令和3年度

新川みどり野高等学校

学びの体験オープンハイスクール

介護技術入門

清潔の援助

[入浴できない人の足浴]

令和3年8月21日(土)

2] 足 浴

入浴できない場合、足浴は爽快感や安らぎをもたらすとともに、足が温まるので、眠れないときの援助としても有効である。

〔使用物品〕

ビニール、バスタオル、深い洗面器、小タオルあるいは浴用手袋、石けん、湯(39°C くらいのぬるめの湯と少し熱めの湯)、必要時：あて枕

〔準備〕

洗面器の下にビニールとバスタオルを重ねて敷く。

深めの洗面器に 39°C くらいのお湯を 2 分の 1 入れる。

〔足浴の方法〕

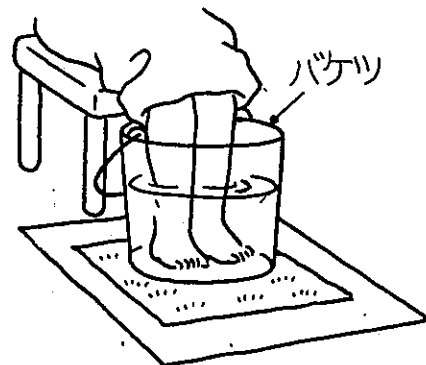
端座位で



座位で



仰臥位で



洗い方

★深めの洗面器に39°Cくらいのお湯を2分の1入れる。

- ① 足を片方ずつ静かに入れてしばらくつけておき、熱めの差し湯をして洗い始める。

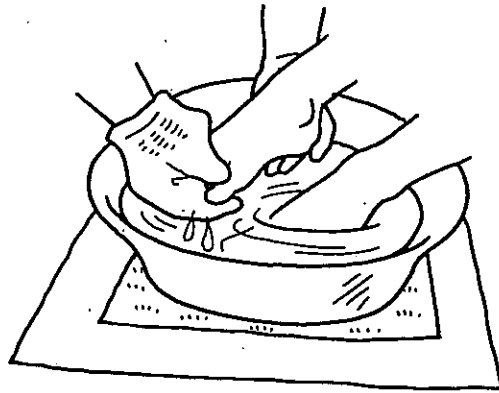


★浴用手袋を小タオルのかわりに使うと、指の間などが洗しやすい。

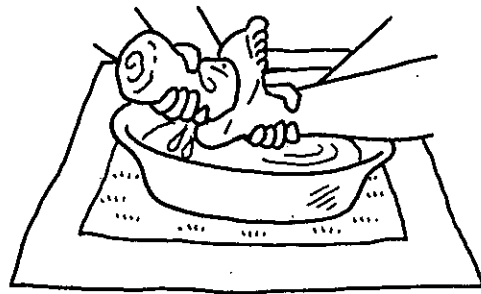


- ② 石けんをつけて指の間をていねいに洗う。

★関節が動きにくいときは、指を動かすことで血行がよくなる。



- ③ 足の裏はタオルを丸めて少し強めにこする。



- ④ 洗い終わったらお湯をかえて石けん分をとり、洗面器を外してバスタオルで下肢の水気を拭きとる。

- ⑤ 足のマッサージは拘縮の予防になるので痛がらない程度に行う。後始末をし、必要に応じて爪の手入れをする。