

# 치매환자 목욕 조호



김춘길

한림대학교 간호학부



## 1. 목표

- 청결 (신체적, 심리적, 사회적 측면 영향)
- 감염예방
- 혈액 순환 증진
- 상쾌감, 안위 증진

## 2. 방법

- 원칙적이되, 상황에 맞게
- 대상자 중심으로
- 부드럽고 신속하게



### 3. 목욕 조호 시 고려할 점

- 주 1-2회 실시: 규칙적 시행으로 언제, 어느 정도를 예상할 수 있고 협조 가능
- 환자가 기분 좋을 때 실시: 가능하면 아침에 실시, 저녁에는 대개 환자상태가 나빠짐
- 미리 배설 시행
- 실내온도를 겨울에도 22℃ 이상으로 따뜻하게 유지
- 물품준비, 미리 정돈 후 시작
- 편안한 체위로 민첩하게 수행
- 환자를 혼자(목욕탕, 욕실)있게 하지 않는다.



## <고려할 점:계속>

- 근육의 모양을 따라서 닦는다.
- 몸의 말단에서 중심방향으로 닦는다.
- 몸의 형태에 따라서 닦는다.
- 30cm 정도로 왕복해서 닦는다.
- 닦는 순서  
얼굴-귀-팔-가슴-복부-다리-발-등  
-둔부-음부



## 4. 부분욕

- 매우 허약한 경우엔 필요한 부분만 닦아 줌.
- 손, 발 만이라도 씻어주면 기분이 좋아짐.
- 물의 온도: 36-39°C
  - 1) 손씻기
  - 2) 발씻기



## 목욕수건 만드는 방법



## 손과 발의 부분욕



①





## 5. 목욕 시 주의사항

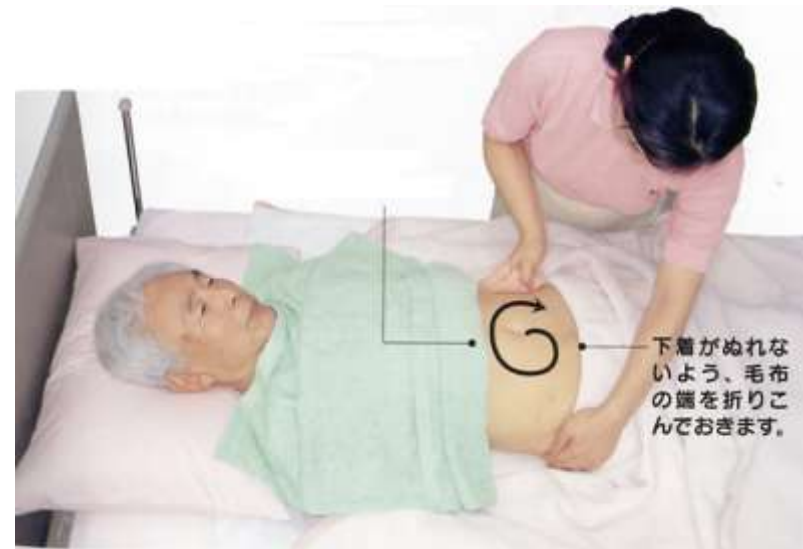
- 혼자 가능한 노인도 항상 관찰, 사고예방
- 욕실과 물의 온도에 차이가 없도록 한다.
- 공복 시, 만복 시엔 피한다.
- 순환기질환자는 의사, 간호사로부터 목욕 전 혈압, 맥박, 체온 점검 후 실시한다.
- 목욕 중 이상이 느껴지면 즉시 욕조에서 꺼내고, 필요 시 간호사, 의사에게 알린다.
- 목욕시간은 10분을 넘기지 않는다.
- 목욕 후 수분섭취와 휴식을 도모한다.



## 팔, 어깨 닦는 방법



# 가슴, 복부 닦는 방법



# 다리 닦는 방법

足先から体に向かって  
大きく清拭

足は、足首から上へ向かって大きな動作でふき、血行を促します。かかとやくるぶし、指の間も、ていねいにふき残さないようにします。





## 등 닦는 방법



2



3







## 6. 일반 입욕

- 환자에게 이상이 없는지 확인한다.
- 스스로 할 수 있는지, 마비가 있는지에 따라 보조여부 및 정도 결정
- 목욕전에 욕실을 따뜻하게, 욕조바닥에 매트
- 갈아입을 옷, 타월준비



## ■ 순서

- 탈의(상의, 내의, 하의순)
- 입욕전에 샤워(서거나 혹은 의자에 앉아서)
- 욕조로 이동하여 2분 정도 몸을 담근다.  
(마비환자의 경우, 이동보조방법이용)
- 욕조에서 나와서 머리감기-몸씻기  
(머리감기-얼굴-몸-손,다리-음부-둔부순으로)  
(환자 자신이 씻을 수 있는 보조도구도 이용)
- 보온위해 2분정도 다시 욕조에 몸담그기
- 욕조에서 나와서 몸을 닦아낸다.
- 준비된 옷을 입게 한다.
- 수분보충하고 쉬게한다.
- 맥박, 안색, 기분을 살피고 기록한다.

## 입욕시 샤워의자에서 욕조로 이동







## 샤워의자에 앉아 머리감기기





## 샤워의자에 앉아 몸씻기

介護者は、マ  
シから体を  
洗います。





## 7. 두발의 청결

### ■ 주의점

- 머리는 가능한 짧게 유지함
- 세발은 목욕 시 하는 것이 가장 좋으나 부득이한 경우 따로 하기도 함
- 머리의 지방샘, 땀샘의 분포를 고려해서 앞머리부분을 잘 씻겨야 함
- 환자 상태에 따라 융통성 있게 해야 함





## 침상에서 머리감기



## 머리감기 순서







## 8. 기계욕

### ■ 주의점

- 간호사, 의사에게 혈압, 맥박, 체온 측정 받아 이상이 없으면 목욕
- 실내온도 22-24 ℃ 유지



## ■ 방법

### ■ 목욕준비실로 옮기고 순서대로 옷을 벗긴 후

- 욕조용 스트레처에 환자 옮겨 욕조 앞까지 이동
- 바퀴 잠근후 가볍게 샤워
- 기계작동시켜 욕조 속으로 환자이동
- 순서대로 몸을 닦고
- 샤워로 헹구고-수건으로 닦아줌
- 목욕준비실에서 물기제거 후 준비된 옷입히고
- 수분보충 및 휴식제공

# 사례와 경험





## 1. 샤워의자

- 한국형 가벼워 환자 일으킬 때 의자와 환자가 함께 넘어 갈 수 있음
- 4인용 방 화장실마다 고정 샤워의자: 동부시립 요양원

## 2. 누워있는 환자

- 침대에서 직접 일으켜 앉히면 기립성 저혈압 유발↑ (특히 약 복용자 유의)
  - 우선 좌위로 한 후 밀의자에 앉혔다가 조호 실시
- tube 삽입이 많으므로 stretcher car로 목욕실로



### 3. 목욕실

- 바닥 미끄럽지 않도록: 깨끗한 바닥을 따뜻하게 한 후 바닥에 누워서 목욕 실시
- 환자가 욕조에 들어간 이후는 더운 물 틀지 않음
- 대상자 별로 적합하게 조절
- 목욕은 닦이는 시간보다 옷입고 벗는 시간 길다 (탈착의 시 사고 많음).
- 중요한 부분은 가려준 후 목욕실시
- 의식 있는 남자 환자가 성적 표현, 발기되는 경우: 목욕 조호자 2명이 실시하도록





## 4. 환자 상태

- 기저귀 착용 남자 환자가 소변 볼 때의 습관으로 페니스 꺼내 아무 곳이나 소변 봄
- 배회 환자는 여기 저기에서 수돗물 틀어 놓고 손이 거칠어 질 정도로 씻음
- 언어력·기억력 등 크게 문제 없어도 단추 끼기, 신발 찾기 등 어려워 지속적 돌봄 필요자
- 위생과 목욕 조호시 욕설을 하거나 꼬집기, 갑자기 주먹으로 때리는 환자 (아들 면회 시 목욕실시)
- 와상환자 중 손을 물어뜯고 침을 지속적으로 흘리는 환자



김춘길 (kimcg@hallym.ac.kr)