



재가센터 요양보호사 월례회의

2024년 08월 26일 17시

바야다 재가센터 4층 회의실

1. 논의사항 및 공지사항

2. 근골격계 질환 예방교육

1. 근골격계 질환 및 감염병이 발생하는 상황과 환경을 숙지한다.
2. 근골격계 질환 및 감염병의 예방법을 이해하고 실천한다.



*본 자료는 바야다홈헬스케어의 독자적인 저작물로서, 무단 복제·배포·방송 또는 전송을 금합니다.

논의사항, 공지사항

- ◆ 수급자 댁 보관파일 관리 : 비상연락망 내용 숙지 및 최신자료 유지
- ◆ 종료태그 시 특이사항 입력 (주 1회)
- ◆ 일정변경시 수급자(보호자) 상의 후 사회복지사에게 전달하기
- ◆ 환수대상: 수급자 병원 입원기간 근무,요양보호사 병원진료시간 태그
해외 출,입국 날 (수급자/요양보호사)
- ◆ 급여제공기록지 작성(필수사항)
 - 태그 안 찍었을 때
 - 시작태그만 찍었을 때(병원동행 시 사회복지사에게 알리기)
 - 주말, 공휴일, 연장근무했을 때(1~2등급: 300분이상 3~5등급: 210분 이상)
- ◆ 태그 특이사항 필수 입력 사항
 - 주 1회 상태변화 입력 (5주 인 경우 주1회 씩 5번 입력)
 - 수급자 안전관리 지침 내용을 반드시 입력
 - 주말, 공휴일, 연장 근무 시 사유: 예)보호자가 요청한 사유를 입력



논의사항, 공지사항

◆ 2024년 9월 수급자 안전관리 지침

- 추석연휴기간 건강관리, 환절기 건강관리
- 코로나19 재유행 대비하여 감염예방 관리

◆ 2024년 건강검진결과서 제출

(①신체계측②혈액검사③소변검사④X-레이촬영⑤종합소견)

◆ 영양보호사 만족도조사 협조 요청

- 15일 급여지급 후 만족도조사 링크 참여 부탁드립니다.
- 9월 15-18일 추석연휴기간 근무시(보호자 요청) 사회복지사에 알리기.

◆ 2024년 9월 25일 영양보호사 월례회의 진행

월례회의 참석은 영양보호사 업무 중 필수사항 입니다.

또한 회의참석, 교육이수 등은 바야다우수직원 선정 시 중요한 항목이 됩니다.



◆ 2024년 법정 의무교육 온라인 수강 안내

[2024년 (하반기)법정 의무교육 수강방법안내]

- (1)직장 내 장애인 인식개선 교육(2024)
- (2)긴급복지 신고의무 교육
- (3)(행복의 공식) 퇴직연금 교육
- (4)(고민영수증) 김지민, 박영진과 함께하는 직장 내 괴롭힘 예방교육
- (5)(생생고민톡) 김기리, 윤태진과 함께하는 개인정보보호 교육
- (6)(고민영수증) 김지민, 박영진과 함께하는 직장 내 성희롱 예방교육

1.한국보건복지연구원 의무교육



2. 아이디/비밀번호 입력후 로그인



과정선택



학습하기/수료증



학습지원

3. 과정선택 클릭요

위 1~6번 교육을 선택한 후

4. 학습하기/수료증 클릭하여 학습하기 눌러서 동영상 시청하기

5. 완료후 이수증 출력하여 사회복지사에 제출하기



논의사항, 공지사항

◆ 2024년 07월 직원 만족도조사 내용 공유

질문: 방문간호와 시간이 겹치면 안된다고 사유서를 쓰라고 하는데요

대답: 방문간호와 방문요양 시간을 겹치지 않도록 하라는건 권고사항입니다. 청구가 불가능한건 아니지만 권고사항이니 최대한 지키려고 노력하고 있으니 겹쳐진 이유를 간단하게 적어 주시면 됩니다.

질문: 날씨가 너무 더운데 산책운동을 원하는 보호자들이 있어요

대답: 너무 더울때 산책은 탈수나, 열사병 등 오히려 컨디션을 나쁘게 하여 상황에 맞게 조절하여 시행하겠다고 잘 설명드리면 좋겠습니다.



근골격계 질환 및 감염병 예방교육

[교육 목표]

1. 근골격계 질환이 발생하는 상황과 환경을 숙지한다.
2. 근골격계 질환의 예방법을 이해하고 실천한다.



근골격계 질환은

- 사업장에서 발병되는 질병 중 가장 흔한 질병.
- 특히 요양서비스 노동자는 근골격계 질환 발병률이 높다
- 요양보호사의 연령이 60대 이상, 고령 여성이 대다수, 이환율 높다.
- 미세한 근육이나 조직 손상의 누적으로 나타나는 기능적인 장애
- 허리, 목, 어깨, 팔, 손목등의 신체부위에 발생
- 자각증상만 있고, 객관적인 임상검사에 의한 조기진단이 불가능.
- 통증, 자극반응의 민감함, 근력저하, 부어오름, 감각저하등의 증세 발현
- 위험요인 4가지: 부자연스런 자세, 무리한 힘 동작, 반복 동작, 휴식부족

7



물건 이동법- 무릎과 대퇴 사용





환자 이동 및 보조



<출처> 대구경북지역본부 요양지원부 평가팀, 2022)

9



환자 이동 및 보조



<출처> 대구경북지역본부 요양지원부 평가팀, 2022

10



근골격계 질환 예방운동-허리스트레칭



<출처> 국민건강보험공단, 2017



근골격계 질환의 관리위한 운동법

요추 안정화 운동



① 바로 누워 무릎을 굽힌 상태에서 엉덩이가 들기



② 바로 누워 무릎을 굽힌 상태에서 옆으로 허리 돌리기(천천히)



③ 옆으로 누워 다리를 벌린 상태에서 아랫다리 들어 올려 붙이기



④ 옆드려 누운 자세에서 위로 다리 들어 올리기



⑤ 옆드려 누운 자세에서 위로 머리와 다리를 동시에 들어 올리기



⑥ 양반다리로 앉은 자세에서 팔을 앞으로 곧게 펴고 허리 굽히기



⑦ 네발 엎드린 자세에서 엉덩이를 뒤로 밀어 쫓으려 앉기



근골격계 질환 예방법

- 충분한 휴식
- 근무 전 적절한 스트레칭. (허리, 어깨, 팔, 손목)
- 부적절한 자세의 교정 (안정된 지지대, 허리 굽힘 피하기)
- 수급자의 이동, 부축: 몸을 밀착시켜 하체의 힘을 이용하기, 이동경로 확인
- 수급자의 체중 분산을 위해 이동시 협조 요청(손잡이, 난간)
- 허리의 힘보다는 다리의 강한 근육을 사용
- 무게중심을 유지하며 활동
- 장시간의 근무 시 발 받침대 이용.
- 근무환경 파악(계단, 통로, 어두운 조명, 설치물 등) 및 개선.
- 주변환경을 정리(물기제거, 바퀴 달린-접이식 의자 금지)
- 식사협조는 옆에서 보조.

