



**MENGAMBIL DAN MEREKOD
TANDA VITAL
SUHU BADAN, NADI PESAKIT
DAN PERNAFASAN**

**LATIHAN PERAWATAN KESIHATAN
PEMBANTU PERAWATAN KESIHATAN
KEMENTERIAN KESIHATAN MALAYSIA**

OBJEKTIF AM

Di akhir modul ini Pembantu Perawatan Kesehatan dapat melakukan pengambilan suhu badan, nadi pesakit dan kadar pernafasan pesakit.

OBJEKTIF KHUSUS

SELEPAS MENDENGAR CERAMAH DAN MELAKUKAN PROSEDUR , SEMUA PESERTA BOLEH:

1. Menyediakan peralatan yang diperlukan untuk mengambil:
 - 1.1. Suhu badan
 - 1.2. Nadi pesakit
 - 1.3. Pernafasan pesakit

2. Semua peserta boleh melakukan tatacara berikut:
 - 2.1. Suhu badan
 - 2.2. Nadi pesakit
 - 2.3. Pernafasan pesakit

PEMERHATIAN PESAKIT

PENGENALAN:

Pemerhatian ke atas pesakit merupakan satu tanggungjawab yang perlu dilakukan.

Tujuan pemerhatian adalah untuk menilai tahap peningkatan keberkesanan rawatan dan boleh membantu para Pegawai Perubatan untuk rawatan ke atas pesakit.



I.1 Suhu

I.2 Nadi

I.3 Pernafasan

1.1 SUHU

- ❑ Suhu adalah kepanasan yang boleh disukat menggunakan termometer
- ❑ Suhu badan adalah darjah kepanasan badan seseorang yang merangkumi imbangan antara haba yang dihasil dan yang hilang dari badan
- ❑ Suhu normal ialah 36.8°c - 37.0°c selsius.
- ❑ Suhu yang melebihi bacaan normal dipanggil *hipertermia* dan suhu rendah dipanggil *hipotermia*



□ **SUHU BADAN BOLEH DIAMBIL MELALUI:**

- **Mulut**
- **Ketiak (Axilla)**
- **Telinga**
- **Dubur (Anus)**
- **Dahi**

JENIS-JENIS TERMOMETER:



Termometer clinical (merkuri)



Termometer digital



Infrared Termometer



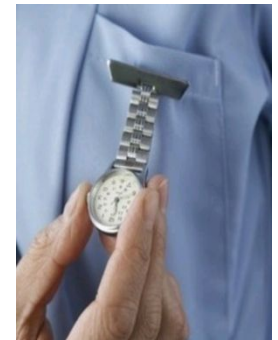
Termoscan

1- CLINICAL TERMOMETER (merkuri)

● KEPERLUAN PERALATAN:

Talam yang mengandungi:

- Termometer clinical
- “Shield”
- Gallipot berisi kapas bersih
- Gallipot berisi kapas spirit
- Bekas sisa klinikal (plastik kuning)
- Jam yang mempunyai jarum saat
- Carta Suhu badan (Temperature Chart)



TATACARA

Mengambil Suhu Badan melalui mulut:

1. Sediakan peralatan yang diperlukan.
2. Beri salam dan terangkan tatacara kepada pesakit.
3. Letakkan pesakit dalam keadaan selesa
4. Keluarkan termometer dari bekas.
5. Lihat bacaan pada termometer sebelum digunakan (jika merkuri dalam termometer melebihi 37°C , goncangkan termometer sehingga turun bacaan dibawah 36°C).

6. Masukkan termometer ke dalam shield dan arahkan pesakit membuka mulut dan mengangkat lidah ke atas.
7. Letakkan termometer di bawah lidah pesakit selama 3 minit .
8. Arah pesakit merapatkan bibir semasa termometer berada didalam mulut supaya tidak jatuh dan memberitahu pesakit supaya tidak mengigit termometer.
9. Keluarkan termometer dari mulut pesakit selepas 3 minit.
10. Buang 'sheild' ke dalam plastik kuning dan kesat termometer yang telah digunakan dengan kapas bersih diikuti dengan kapas spirit dari batang ke bulba termometer sebelum membaca suhu.



11. Pegang termometer diparas mata dan baca keputusan suhu.

12. Turunkan merkuri dengan menggoncang termometer dan masukkan semula ke dalam bekas termometer.

13. Rekodkan bacaan suhu pada carta suhu dan laporkan kepada PPP/Jururawat .Sekiranya keputusan bacaan suhu melebihi paras normal perlu dilaporkan dengan segera.

14. Selesaikan pesakit dan kemas peralatan.

15. Beri maklumbalas kepada pesakit.

2. TERMOMETER DIGITAL / TERMOSCAN / INFRARED THERMOMETER

- **KEPERLUAN PERALATAN:**

Talam yang mengandungi:

- Termometer digital / termoscan / infrared thermometer
- “Shield”
- Gallipot berisi kapas bersih
- Bekas sisa klinikal (plastik kuning)
- Carta Suhu badan (Temperature Chart)

TATACARA:

- 1.Sediakan peralatan yang diperlukan
- 2.Beri salam dan terangkan tatacara kepada pesakit.
- 3.Letakkan pesakit dalam keadaan selesa.
- 4.Keluarkan termometer digital / termo scan / infrared thermometer dari bekas.

6. Masukkan termometer digital ke dalam shield dan arahkan pesakit membuka mulut dan mengangkat lidah ke atas. Jika menggunakan termo scan letakkan ke dalam corong luar telinga (external auditory canal) manakala infrared thermometer boleh dihalakan ke dahi pesakit pada jarak 3 – 5 cm.

7. Letakkan termometer di bawah lidah pesakit sehingga kedengaran bunyi bib.

8. Buang 'sheild' ke dalam plastik kuning dan kesat termometer yang telah digunakan dengan kapas bersih sebelum membaca suhu.

9. Rekodkan bacaan suhu pada carta suhu dan laporkan kepada PPP / Jururawat. Sekiranya keputusan bacaan suhu melebihi paras normal perlu dilaporkan dengan segera.

10. Selesaikan pesakit dan kemas peralatan.

11. Beri maklumbalas kepada pesakit.

1.2 NADI

● DEFINISI NADI

- Nadi adalah denyutan jantung yang dapat dirasai di arteri (salur darah).
- Bacaan degupan jantung normal (orang dewasa) semasa rehat biasanya antara 60 hingga 100 denyutan seminit (bpm).
- Bagi kanak-kanak, kadar normal berbeza mengikut usia.
- Atlet terlatih mungkin mempunyai kadar denyutan jantung lebih rendah, iaitu sekitar 40-60 bpm.
- Kadar nadi yang lebih rendah daripada 60 bpm dipanggil bradikardia dan lebih daripada 100 bpm dipanggil takikardia.

FAKTOR DAN BACAAN NADI NORMAL MENGIKUT UMUR

Kadar nadi semasa rehat boleh berbeza bergantung kepada beberapa faktor dalaman dan luaran:

- **Umur:** Cenderung menurun seiring usia akibat perubahan pada sistem elektrik jantung dan tindak balas hormon yang semakin berkurangan.
- **Tahap aktiviti & kecergasan:** Individu yang aktif dan cergas biasanya mempunyai kadar nadi yang lebih rendah (sekitar 40–50 bpm).
- **Emosi & tekanan:** Tekanan, kebimbangan atau ketakutan boleh mencetuskan tindak balas "fight or flight" yang meningkatkan kadar nadi.
- **Ubat-ubatan & bahan perangsang:** Sesetengah ubat (tekanan darah, tiroid), kafein dan nikotin boleh menaikkan atau menurunkan kadar nadi buat sementara waktu.

BACAAN KADAR NADI NORMAL MENGIKUT UMUR

Kumpulan Umur	Kadar Nadi Normal (bpm)
Bayi pramatang	120–180
Bayi baru lahir (0–1 bulan)	100–160
Bayi (1–12 bulan)	80–140
Kanak-kanak kecil (1–3 tahun)	80–130
Kanak-kanak prasekolah (3–5 tahun)	80–110
Kanak-kanak sekolah (6–12 tahun)	70–100
Remaja & Dewasa (13 tahun ke atas)	60–100
Ahli sukan/atlet terlatih	40–60

- Kadar denyutan jantung lebih tinggi dalam kalangan bayi dan kanak-kanak kerana jantung mereka masih berkembang dan metabolisme lebih cepat.
- Bagi individu yang sangat aktif, kadar serendah 40–60 bpm adalah perkara biasa dan menandakan kecekapan jantung yang baik.

TUJUAN PENGAMBILAN DENYUTAN NADI.

- Membantu dalam diagnosis
- Membantu dalam menilai kemajuan pesakit.
- Menilai respon pesakit terhadap rawatan yang diberi.
- Memantau dan melaporkan sebarang keabnormalan.

KEPERLUAN:


- Jam dengan jarum saat
- Carta pemerhatian.

TATACARA:

- Beri salam pada pesakit
- Terangkan tatacara yang akan dilakukan.
- Pastikan pesakit dalam posisi yang selesa.
- Letakkan jari telunjuk, jari hantu (tengah) dan jari manis pada lokasi arteri radial pesakit.
- Rehatkan ibu jari di belakang pergelangan tangan pesakit.


Cara-cara memeriksa nadi



- 
- Tekan sedikit di bahagian arteri radial pesakit.
 - Kira bilangan denyutan nadi selama satu minit
 - Rasakan irama dan sifat denyutan nadi.
 - Rekodkan kiraan denyutan nadi di dalam carta pemerhatian. Laporkan kepada PPP / Jururawat jika terdapat bacaan luar biasa.
 - Selesaikan pesakit.
 - Beri maklumbalas kepada pesakit.

1.3 PERNAFASAN PESAKIT

- Proses menarik dan menghembus nafas dikira sebagai satu pernafasan.
- Manusia boleh bernafas melalui hidung dan mulut.
- Bilangan normal pernafasan:
 - Dewasa : 16 – 20 kali seminit.
 - Kanak-kanak : 20 – 30 kali seminit.
 - Bayi (infant) : 40 – 60 kali seminit.

- 
- Sifat-sifat pernafasan
 - Kadar / bilangan
 - Ritma / irama (regular / tiada bunyi)
 - Kedalaman dan cetek
 - Bunyi (wheezing)

TUJUAN :

- Untuk membantu dalam diagnosa.
- Membantu dalam penilaian keadaan kemajuan pesakit.
- Membantu dalam penilaian respon pesakit terhadap rawatan.
- Memantau dan melaporkan perubahan pernafasan pesakit.

KEPERLUAN

- Jam yang mempunyai jarum saat.
- Carta pemerhatian.

TATACARA :

1. Beri salam pada pesakit.
2. Beritahu pesakit prosedur yang akan dilakukan.
3. Pastikan pesakit dalam posisi yang selesa.
4. Perhatikan pergerakan dada pesakit.
5. Kira bilangan pernafasan pesakit dalam masa satu minit dengan mengira pergerakan dada pesakit semasa ia berhembus .
6. Rekodkan kiraan pernafasan dalam carta pemerhatian. Laporkan kepada PPP / Jururawat jika ada keabnormalan.



Sedang memeriksa suhu dan pernafasan



Sedang memeriksa nadi pesakit



**SEKIAN,
TERIMA KASIH**