

راهنمای انتخاب پرستار سالمند در منزل

۱۰ معیار طلایی + جدول خدمات و مقایسه گزینه‌ها – تصمیمی که آرامش یک سال زندگی را می‌سازد

۱۰ معیار طلایی انتخاب

☐	دارای مجوز رسمی (نظام پرستاری/علوم پزشکی) و سوءپیشینه کامل
☐	سابقه بالینی قابل استعلام با مرجع قابل تماس
☐	مدرک بهیاری/پرستاری معتبر برای سطح نیاز سالمند شما
☐	آشنایی با بیماری خاص سالمند (آلزایمر، پارکینسون، دیابت، سکته...)
☐	قرارداد کتبی با شرح خدمات، ساعات و تعرفه شفاف
☐	جایگزین آماده برای روزهای مرخصی و بیماری نیرو
☐	گزارش‌دهی منظم به خانواده (تماس/پیام روزانه یا هفتگی)
☐	بلد بودن فوریت‌ها: افت فشار، زمین‌خوردن، سکت، خفگی
☐	بهداشت فردی، رفتار محترمانه و صبر در برابر رفتارهای سالمندی
☐	سازگاری شخصیتی با سالمند (تست یک هفته‌ای پیشنهاد می‌شود)

جدول مقایسه گزینه‌های نگهداری سالمند

گزینه	هزینه نسبی	مزیت	محدودیت
پرستار/بهبود مقيم شبانه‌روزی	بالا	مراقبت بی‌وقفه، آرامش خانواده	هزینه ماه‌ها
مراقب ساعتی/شیفت	متوسط	مناسب کمکی به خانواده	پوشش ناپید
پرستار مراجعه‌ای (تزریق/پانسمان)	اقتصادی	دقیق و تخصصی برای خدمات مشخص	مراقبت دائم
مرکز نگهداری سالمندان	متوسط تا بالا	تجهیزات و کادر زیاد	جدا شدن از

خدمات رایج پرستار سالمند در منزل (چک‌لیست انتظار شما)

- بهداشت فردی و استحمام کمکی ایمن • تغذیه و دارو در ساعت مشخص
- پایش فشار، قند، تب و ثبت روزانه • کنترل قند با گلوکومتر
- ورزش‌های منظم، گردش روزانه و پیشگیری از زمین‌خوردن

- مراقبت بستر برای کم‌تحرک‌ها (جابجایی، پوست، زخم بستر)
- همراهی به پزشک و آزمایش • اطلاع فوری به خانواده در موارد نگران‌کننده

خطای رایج: انتخاب فقط بر اساس قیمت پایین‌تر. نیروی بدون مجوز و بدون آموزش، در روز بحران (سکته، افت قند، زمین‌خوردن) تف را می‌سازد. همیشه مجوز و سوابق را استعلام کنید.

هیلا هلت با مجوز رسمی، پرستار و بهیار آزمون‌شده با سوءپیشینه، قرارداد کتبی و جایگزین تضمینی آماده خدمت مشاوره رایگان انتخاب سطح مراقبت:

0912 767 0764

hilahealth.com – کرج، عظیمیه