

بیمارستان ولایت دامغان
واحد کنترل عفونت و واحد آموزش سلامت

شعار بهداشت دست:
ثانیه ها نجات بخش زندگی،
دستانتان را بشویید



آموزش شستشوی دست ها به بیماران



رعایت 5 موقعیت بهداشت دست توسط پرسنل





**شعار بهداشت دست:
ثانیه ها نجات بخش زندگی،
دستانتان را بشویید**



همراهی فرزندان همکاران بهداشت و درمان در ترویج آموزش شستشوی صحیح دست



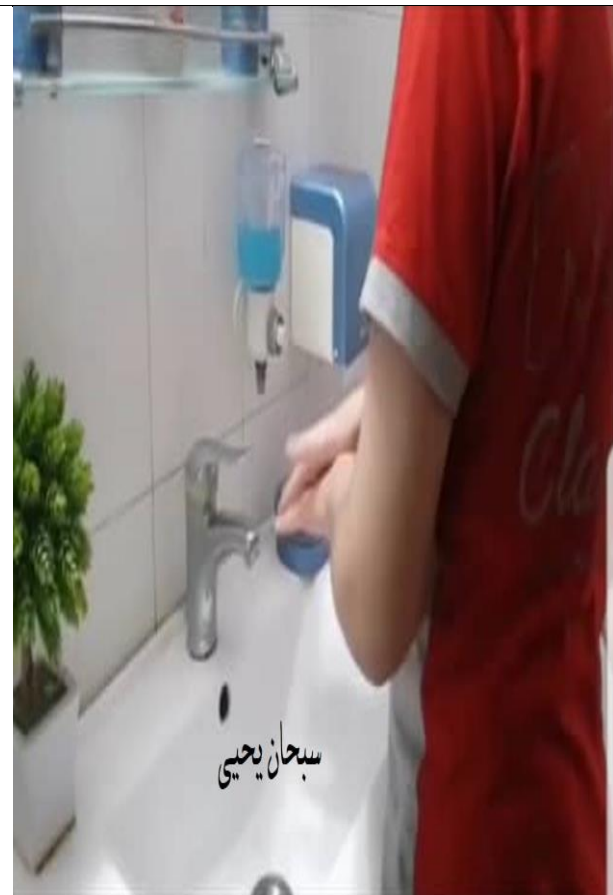
**شعار بهداشت دست:
ثانیه ها نجات بخش زندگی،
دستانتان را بشویید**



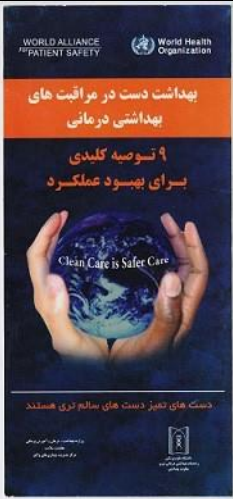


مهرسام صادقیان





پمفلت های آموزشی بهداشت دست



را رعایت کنید و حداقل به میزان استفاده نامید تا دستها و
 دستهای شما در طی مدت طولانی با مایع مطبوع مرطوب شوند و
 اجازه دهید تا قبل از پوشیدن دستکش ها خشک شوند (B).
مخلوط الکترولیت جراحی را با مخلوط الکلی
عاشق دست ترکیب نکنید (E)

1. ناخن انگشتان:
 در مراقبت بیمار ناخن انگشتان دست نباید بلند باشد و از
 ناخن مصنوعی نیز استفاده ننود (A).
 ناخن خود را کوتاه کنید (A).
 مقیه بندی مستند است.
 طبقه 1A: رعایت آنها بطور جدی توصیه می شود و توسط
 سازمان خوب طراحی شده اجباری، باثبات و ایمنی و ایمنی و ایمنی
 تایید شده است.
 طبقه 1B: رعایت آنها بطور جدی توصیه می شود و توسط
 برخی سازمان های اجباری، باثبات و ایمنی و ایمنی و ایمنی
 قوی حمایت می شوند.
 طبقه 1C: برای اجرا نیاز به قوانین و استانداردهای کشوری
 دارند.
 طبقه 2: رعایت آنها پیشنهاد می شود و توسط بافکاران
 مرتبه بالایی و ایمنی و ایمنی و ایمنی، با ثبات و ایمنی و ایمنی
 می شود و با گروهی از متخصصین روی آن توافق دارند.
 (برای مشاهده راهنمای کامل و علامه فل آجرها به آدرس زیر
 مراجعه فرمایید.
 www.who.int/gpsc/en/index.html

2. دستکش:
 دستکش نمی تواند جایگزینی برای تمیز کردن
 دست با مایع مطبوع الکلی مایع دست با آب و مایع
 گردد (B).
 دستکش اگر کتان را در قبل خون، بیاخت بدن، پوست سالم
 و غشای مخاطی محافظت می کند (C).
 دستکش ها را پس از مراقبت هر بیمار خارج کنید، یک جفت
 دستکش را برای پیش از یک منطقه آماده کنید (B).
 در صورتی که دستهایان از یک منطقه آماده بدن بیمار
 به منطقه سالم بدن بیمار جدا می شود، دستکش ها را عوض
 یا خارج کنید (A).
 از استفاده مجدد دستکش ها اجتناب فرمایید (B).
 (ملاحظه: مستندات سیستمی بیشتر را در آدرس
 www.who.int/patientsafety/challenges-on.html
 مشاهده کنید.)

3. آماده سازی دست برای جراحی:
 دستهایان را اگر به وضوح آلوده هستند
 با آب و مایع بشویید (B).
 جواهرات را خارج کنید (B).
 قبل از پوشیدن دستکش استریل، از مایع ضد میکروبی
 یا مایع الکلی مایع دست استفاده کنید (B).
 جایی که از کیفیت آب مطمئن نیست، قبل از پوشیدن دستکش
 از مایع الکلی مایع دست استفاده کنید (A).
 به هنگام استفاده از مایع الکلی توصیه می شود که برای
 2 الی 3 دقیقه دستها را بشوید (B).
 به هنگام استفاده از مایع الکلی مایع دست دستهایان را شسته

4. چگونگی:
 مخلوط الکلی مایع دست: کمک دست را کمتر از مخلوط
 پر کنید و آن را به همه سطوح دست ها مالید. دستها را
 تا زمانی که خشک شوند به هم مالش دهید.
 آب و مایع، ابتدا دستها را با آب جین کنید و به حد کافی
 صابون بزنید تا تمام سطوح را بپوشاند.
 از خشک شدن دستهایان مطمئن شوید. در ضمن جویچه ها
 نباید مجدداً توسط جویچه ها یا توسط شخصی دیگری استفاده
 شوند (B).
 مراقب بهداشتی و درمانی باید از دستری به آب جهت بهداشت
 دستها مطمئن شوند. در صورت عدم دسترسی آسان به
 آب، ایجاد شرایط دسترسی به مایع الکلی مایع دست
 دست ضروری است. مخلوط های الکلی را برای مصرف
 معنی می توان بر اساس دستورالعمل WHO تهیه نمود.
 (اطلاعات بیشتر را در www.who.int/gpsc/en/index.html
 مشاهده کنید.)

موارد ضروری رعایت بهداشت دست:
 قبل و بعد از تماس مستقیم با بیمار (B).
 پس از خروج کردن مشکل ها (B).
 قبل از انجام تک عملی توجیهی در مراقبت بیمار، یا با بدون
 حداقل استعمال ایجاد تعریک را داشته باشند (B).
 استفاده از دستکش (B).
 پس از تماس با مایعات یا ترشحات بدن، غشای مخاطی،
 پوست سالم، یا بافتان زخم (A).
 در صورت جابجا کردن دست از نقات آماده بدن بیمار به
 نقاط سالم بدن بیمار در جین مراقبت (B).
 پس از تماس با وسایل غیر زنده (مانند وسایل پزشکی)
 در محاورت بیمار (B).

5. انتخاب مواد:
 محصولات مورد استفاده باید مؤثر بوده و
 حداقل استعمال ایجاد تعریک را داشته باشند (B).
 کترکسان باید در انتخاب مواد مورد استفاده از نظر حس،
 سطر و تحمل پوست دراختیار داده شوند (B).
 مخلوط های مایع دست (Handrub) باید در محل ترانس-
 خدمت به بیمار در دسترس باشند (B).

6. مراقبت پوست:
 لوسیونها و کرمهای دست بهتر است برای
 کاهش درماتیت های تحریکی ناشی مورد استفاده
 قرار گیرند (A).
 کترکسانی که آلرژی یا حساسیتی دارند بهتر است از
 محصولات جایگزین استفاده نمایند (A).

7. چه موقع:
 وقتی که دستها به وضوح آلوده هستند و
 استعمال لباس یا میکروبی های بالقوه آلوده وجود دارد (B)
 پس از تولد، دستها را با آب و مایع بشوید (B).
 از محصولات الکلی مایع دست برای سایر موقعیت های
 بهداشتی به خصوص قبل و بعد از تماس مستقیم با بیمار
 استفاده کنید (A).

8. آموزش و انگیزش:
 تغییر رفتار نقش کلیدی در بهبود عملکرد دارد. در
 مراکزهای چند جانبه مؤثرترین روشها برای ارتقاء بهداشت
 دست هستند. در مراکزهایی که توسط مرکز آموزش
 اجرا می شوند، مشارکت فعال داشته باشند.
 مزوجه باثبات که به دلیل فعالیت های مراقبتی، دستها آسان
 و سریع آماده می شود (A).
 در پایش و پیگیری روند پذیرش کارکنان مشارکت کنید (A).
 متعلق مشارکت بیمار در ارتقای بهداشت دستها هستند (A).

9. انگیزش و انگیزش:
 انگیزش کلیدی در ارتقاء بهداشت دستها است.
 انگیزش کلیدی در ارتقاء بهداشت دستها است.
 انگیزش کلیدی در ارتقاء بهداشت دستها است.
 انگیزش کلیدی در ارتقاء بهداشت دستها است.

شعار بهداشت دست: ثانیه ها نجات بخش زندگی، دستانتان را بشوید

قسمت هایی از فیلم آموزشی شستشوی دست





بین انگشتان را از پشت دست ها بشوید.



بین انگشتان را از کف دست ها بشوید.



با صابون مایع دست ها را صابونی کنید.



نوک انگشت ها و شست را با دقت بشوید.



کف دست ها را خوب به هم بمالید
و چین های کف دست را تمیز کنید



مچ دست ها را بشویید



30-40 ثانیه



شیر آب را با همان دستمال بنندید



دستمال را ترجیحا در سطل زباله درب دار بیندازید



دست ها را با دستمال کاغذی
یا حوله یک بار مصرف خشک کنید

شعار بهداشت دست:
ثانیه ها نجات بخش زندگی.



دستانتان را بشویید

