

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



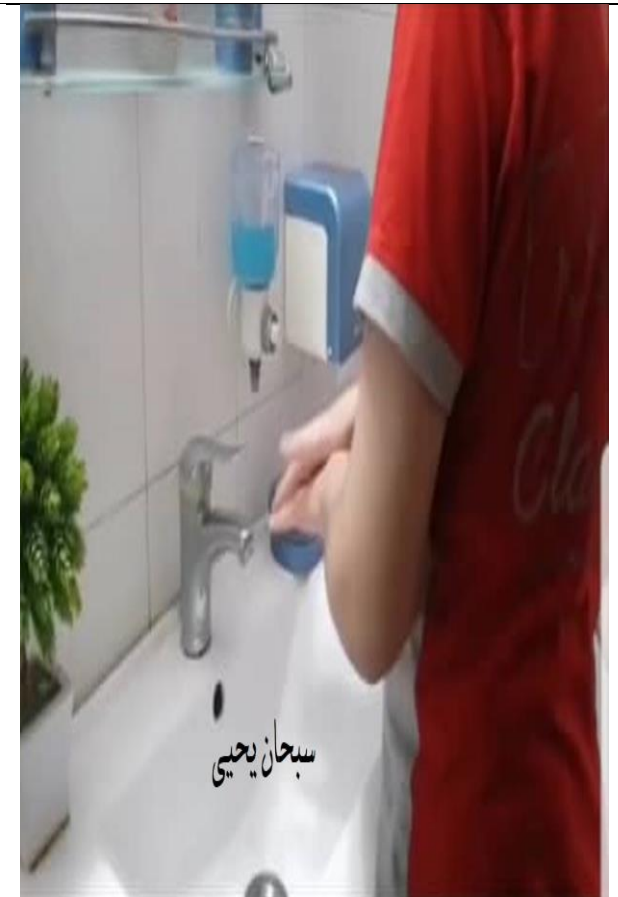
**شعار بهداشت دست:
ثانیه ها نجات بخش زندگی،
دستانتان را بشویید**



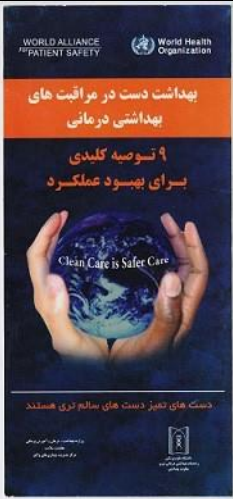


مهرسام صادقیان





پمفلت های آموزشی بهداشت دست



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

۱. 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 اجری، باثبات و ایمنی و ایمنی و ایمنی
 تایید شده است.
 طبقه 1B: رعایت آنها بطور جدی توصیه می شود و توسط
 برخی سازمان های اجری، 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 و ایمنی و ایمنی و ایمنی
 می شود و با گروهی از متخصصین روی آن توافق دارند.
 (برای مشاهده راهنمای کامل و علامه فلج اجرا به آدرس زیر
 مراجعه فرمایید.
 www.who.int/gpsc/en/index.html

۷. دستکش:
 دستکش نمی تواند جایگزینی برای تمیز کردن
 دست با مخلوط های الکلی مالش دست با آب و مایون
 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 جابجا 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.)

۸. آماده سازی دست برای جراحی:
 دستهایان را اگر به وضوح آلوده هستند
 با آب و مایون بشوید (B).
 جواهرات را خارج کنید (B).
 قبل از پوشیدن دستکش استریل از مایون ضد میکروبی
 یا مخلوط الکلی مالش دست استفاده کنید (B).
 جایی که از کیفیت آب مطمئن نیست، قبل از پوشیدن دستکش
 از مخلوط الکلی مالش دست استفاده کنید (A).
 به هنگام استفاده از مایون مایون توصیه می شود که برای
 ۲ الی ۵ دقیقه دستها را بشوید (B).
 به هنگام استفاده از مخلوط الکلی مالش دست دستورات سازنده
 مطالعه کنید.)

۹. چگونگی:
 مخلوط الکلی مالش دست: کمک دست را کنار 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 مایون: 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 مخلوط های الکلی مالش
 دست ضروری است. مخلوط های الکلی را برای مصرف
 معینی 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 پوشان 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).

۱۰. 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 دراخت داده شوند (B).
 مخلوط های مالش دست (Handrub) باید در محل ترانس-
 خدمت به بیمار در دسترس باشند (B).

۱۱. 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).

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

۱. توصیه های اختصاصی برای کارکنان مرکز بهداشتی درمانی: ۱. چگونگی:
 موافق اصولی مهم برای راهکارهای موفق:
 در دستری به منبع سالم و مداوم آب در تمام مراکز و نهیات
 ضروری برای شستن دست (B).
 دسترسی آسان به مخلوط الکلی مالش دست در محیط های
 مراقبتی بیمار (A).
 دسترسی به مواد جایگزین برای کارکنانی که آلرژی یا
 حساسیتی دارند (A).
 آموزش جاری کارکنان در مورد استفاده از لوسیونها برای
 مراقبت پوست.
 پذیرش بهداشت دست به عنوان یک اولویت سازمانی
 بهداشتی درمانی نیاز به رهبری مناسب پشتیبانی اجرائی و
 منابع مالی دارد (B).

۲. راهکار اجرائی:
 اجرائی یک برنامه چند بخشی و چند مرحله برای بهبود
 پذیرش کارکنان مراقبتی درمانی است به روش های
 توصیه شده در مورد بهداشت دست.

۳. آموزش و انگیزش:
 تغییر رفتار نقش کلیدی در بهبود عملکرد دارد. در
 راهکارهای چند جانبه مؤثرترین روشکار برای ارتقاء بهداشت
 دست هستند. در راهکارهایی که توسط مرکز بهداشت
 اجرا می شود، مشارکت فعال داشته باشند.
 مزوجه باید که به دلیل فعالیت های مراقبتی، دستها آسان
 و سریع آماده می شود (A).
 در پایش و مسخولند پذیرش کارکنان مشارکت کنید (A).
 متعلق مشارکت بیمار در ارتقای بهداشت دستها باشد (A).

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 بشویید.



بین انگشتان را از کف دست ها بشویید.



با صابون مایع دست ها را صابونی کنید.



نوک انگشت ها و شست را با دقت بشویید.



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

