

دستانی که بیمار می کنند؛



دستانی که شفا می دهند!

تهیه و تنظیم :

حسین حصاری نژاد

سوپروایزر آموزشی

مریم غلام ناوی

کارشناس واحد آموزش

ویژه :



دارای گواهینامه استاندارد ایزو ۹۰۰۱
در مدیریت کیفیت و درجه یک عالی ارزشیابی

هوالشافی

عنوان سند: جزوه و پمفلت آموزشی

شماره سند: ۷۵۳۰-ف شماره بازنگری: ۲ تاریخ بازنگری: ۹۳/۱۰/۲۸

واحد آموزش
کنترل عفونت بیمارستانی

کارکنان بهداشتی و درمانی

شستشوی دست عموماً به عنوان مهمترین روش سنجش مقابله با انتشار عفونت در نظر گرفته می شود. قبل از تماس واضح با هر بیمار و بعد از هر فعالیتی که باعث آلوده شدن آن می شود دست باید شسته شود. شستشوی دست ساده ترین، موثرترین روش برای جلوگیری از انتقال عفونت های بیمارستانی است.

مطالعات نشان داده بهداشت دست عامل:

کاهش ۹۰٪ عفونتهای تشدید شونده بیمارستانی

یکی از مهمترین دلایل برای کارکنان بهداشتی جهت اجرای صحیح شستشوی دست کدام است؟

- ۱- برای پاک کردن آلودگی های قابل رویت از دست ها
- ۲- برای اجتناب انتقال باکتری از خانه به بیمارستان
- ۳- برای اجتناب انتقال باکتری از بیمارستان به خانه
- ۴- برای اجتناب از عفونتهایی که در بیمارستان به بیمار منتقل می شود.

Germ Farm



انتقال عفونت ها از طریق کارکنان بهداشتی

ارگانیسم ها به وسیله دست از طریق کارکنان بین بیماران انتشار می یابد

هندراب اگر به طرز صحیح به کار رود ارگانیسم ها را در چند ثانیه می کشد

شستشوی دست با صابون و آب اگر به طرز صحیح به کار رود ارگانیسم ها را از روی پوست پاک می کند

چرا کارکنان بهداشتی دستهای خود را نمی شویند؟

حساسیت پوستی

تسهیلات ناکافی شستشوی دست

پوشیدن دستکش

بسیار مشغول بودن

فقدان آموزش کافی



دارای گواهینامه استاندارد ایزو ۹۰۰۱
در مدیریت کیفیت و درجه یک عالی ارزشیابی

هوالشافی

عنوان سند: جزوه و پمفلت آموزشی

شماره سند: ۷۵۳۰-ف شماره بازنگری: ۲ تاریخ بازنگری: ۹۳/۱۰/۲۸

واحد آموزش
کنترل عفونت بیمارستانی

روشهای موفق ترویج شستشوی و ضد عفونی دست

- آموزش
- نظارت های دوره ای و بازخورد آنها
- کنترل تجهیزات
- مکان قرارگیری دستشویی
- سهل الوصول، راحت و در دسترس بودن
- موجود و در دسترس بودن محلول هند راب
- آموزش بیماران
- یادآوری در محل کار
- تغییر در مواد بهداشتی
- ارتقا و مناسب نمودن مراقبت از پوست
- اجتناب از به کارگیری افراد در شیفتهای متعدد و پشت سرهم

عوامل مخصوصی که تاثیر بهداشت دستها را کاهش می دهد:

- ❖ ترک های پوست
- ❖ ناخن های بلند تر از ۳-۴ میلی متر
- ❖ شستن در شرایط نه چندان مطلوب
- ❖ ناخن مصنوعی
- ❖ جواهرات در انگشتان و مچ



دارای گواهینامه استاندارد ایزو ۹۰۰۱
در مدیریت کیفیت و درجه یک عالی ارزشیابی

هوالشافی

عنوان سند: جزوه و پمفلت آموزشی

شماره سند: ۷۵۳۰-ف شماره بازنگری: ۲ تاریخ بازنگری: ۹۳/۱۰/۲۸

واحد آموزش
کنترل عفونت بیمارستانی

ناخن های بلند با بهداشت مناسب دست در تضاد است:

- اشکال در تمیز کردن
- احتمال سوراخ کردن دستکش
- پناهگاه مناسب برای میکروارگانیسمها
- ناخن مصنوعی روشی برای انتقال میکروارگانیسمها
- عفونت محل جراحی

➤ جواهر آلات با بهداشت مناسب دست در تضاد است:

- حلقه تعداد میکروارگانیسم های موجود در دست را افزایش می دهد.
- احتمال پارگی دستکش را زیاد می کند.
- زیورآلات موجود در مچ و بازو با بهداشت مناسب دست در تضاد است.

مراقبت از پوست مهم است زیرا:

- ✓ تماس پوستی اولین خط دفاع در برابر میکروب ها است .
- ✓ در صورت ترک خوردن یا داشتن زخم میکروب ها به راحتی وارد پوست می شوند.
- ✓ بهداشت مداوم دست باعث خشکی دست ها می شود.

چه هنگام باید دست ها را شست؟

- قبل از تماس با بیمار
- قبل از اجرای روشهای آسپتیک
- قبل از پوشیدن دستکش



دارای گواهینامه استاندارد ایزو ۹۰۰۱
در مدیریت کیفیت و درجه یک عالی ارزشیابی

هوالشافی

عنوان سند: جزوه و پمفلت آموزشی

شماره سند: ۷۵۳۰-ف شماره بازنگری: ۲ تاریخ بازنگری: ۹۳/۱۰/۲۸

واحد آموزش
کنترل عفونت بیمارستانی


- قبل از آماده کردن وسایل طبخ غذا یا نوشیدنی
- بعد از تماس با وسایل آلوده بیمار قبل از ترک بالین بیمار
- بعد از مراقبت از بیمار که مایعات بدن بیمار دفع شده باشد (مانند استفراغ، دفع ادرار و مراقبت از زخم)
- بعد از خارج کردن دستکش ها
- بعد از تماس با مایعات بدن خود فرد پرستار مانند توالت رفتن یا تماس با بینی
- هر جایی که کارکنان بهداشتی در مورد تمیز بودن دستهایشان مشکوکند.
- هنگامی که دست ها به طور اتفاقی با ترشحات ، خون و مایعات بدن تماس پیدا کرد دست ها باید با آب و صابون شسته شوند.

چگونه دست های خود را بشوییم؟

- هندراب روش انتخابی برای تمیز کردن دست هاست. این روش از شستشوی دست بهتر است (حتی با صابونهای ضد باکتری) در صورتی که آلودگی قابل رویت در دستان موجود نباشد.
- شستشوی دست با صابون و آب باید هنگامی که دست ها آلودگی قابل رویت دارند صورت گیرد. اگر آب در دسترس نیست استفاده از یک حوله مرطوب برای پاک کردن آلودگی از دست و پس از آن هندراب صورت گیرد

شستشوی دست

- دستان را با آب ولرم شستشو دهید.
- صابون مایع یا کف را به کار ببرید.
- همه قسمت های دست را کاملاً کف مالی نمایید. (۴۰ تا ۶۰ ثانیه)
- مخصوصاً تمام سطح دست و بر روی انتهای انگشتان، بین انگشتان، پشت دست و شست.
- از یک حرکت مالشی در طی آبکشی صابون از دست استفاده نمایید.

واحد آموزش کنترل عفونت بیمارستانی	هوالشافی	 دارای گواهینامه استاندارد ایزو ۹۰۰۱ در مدیریت کیفیت و درجه یک عالی ارزشیابی
	عنوان سند: جزوه و پمفلت آموزشی شماره سند: ۷۵۳۰-ف شماره بازنگری: ۲ تاریخ بازنگری: ۹۳/۱۰/۲۸	

➤ دستانتان را با کمک دستمال کاغذی خشک نمایید.



صابون مایع

- باید در ظرف پمپ دار در معرض استفاده قرار گیرد.
- ظرف نگهداری به علت احتمال آلودگی نباید مجدداً پر شود.
- صابون آنتی باکتریال در قسمت مراقبتهای ویژه یا بخشهایی که روشهای تهاجمی انجام می شود مورد استفاده قرار گیرد.

هند راب

- آلودگی های قابل رویت کاملاً پاک شود.
- بین ۱-۲ بار پمپ هند راب بر روی کف دست کاملاً فشرده شود .
- الکل بر روی تمام سطح دست و بر روی انتهای انگشتان، بین انگشتان، پشت دست و شست پخش شود.
- دستان را مالش دهید تا زمانی که خشک شود. این کار در صورتی که مقادیر کافی از ماده هندراب استفاده شده باشد ممکن است ۲۰-۱۵ ثانیه طول بکشد.



دارای گواهینامه استاندارد ایزو ۹۰۰۱
در مدیریت کیفیت و درجه یک عالی ارزشیابی

هوالشافی

عنوان سند: جزوه و پمفلت آموزشی

شماره سند: ۷۵۳۰-ف شماره بازنگری: ۲ تاریخ بازنگری: ۹۳/۱۰/۲۸

واحد آموزش
کنترل عفونت بیمارستانی

مزایای هندراب با الکل

❖ نیاز به زمان کمتر و به آسانی قابل دسترسی

❖ در همه نقاطی که مراقبت از بیمار لازم است و استفاده در مکان های متعدد

❖ در نقاط حساس می تواند جایگذاری شود

❖ سریعتر عمل می کند

❖ از بین برنده فوق العاده باکتری

❖ حساسیت کمتر

❖ موفقیت اثبات شده

آیا می توان از الکل برای *Clostridium difficile* استفاده کرد؟

خیر کلستریدیوم دیفیسیل اسپور تشکیل شده از باکتری است. در هنگام تماس با بیمار آلوده به کلستریدیوم دیفیسیل استفاده از دستکش مهم است و دستها باید با آب و صابون برای پاک شدن فیزیکی اسپور شسته شوند. اگر آب و صابون موجود نبود هندراب می تواند پس از خارج کردن دستکش به کار رود.

یکی از مهمترین دلایل برای کارکنان بهداشتی جهت اجرای صحیح شستشوی دست کدام است؟


❖ ۱- برای پاک کردن آلودگی های قابل رویت از دست ها

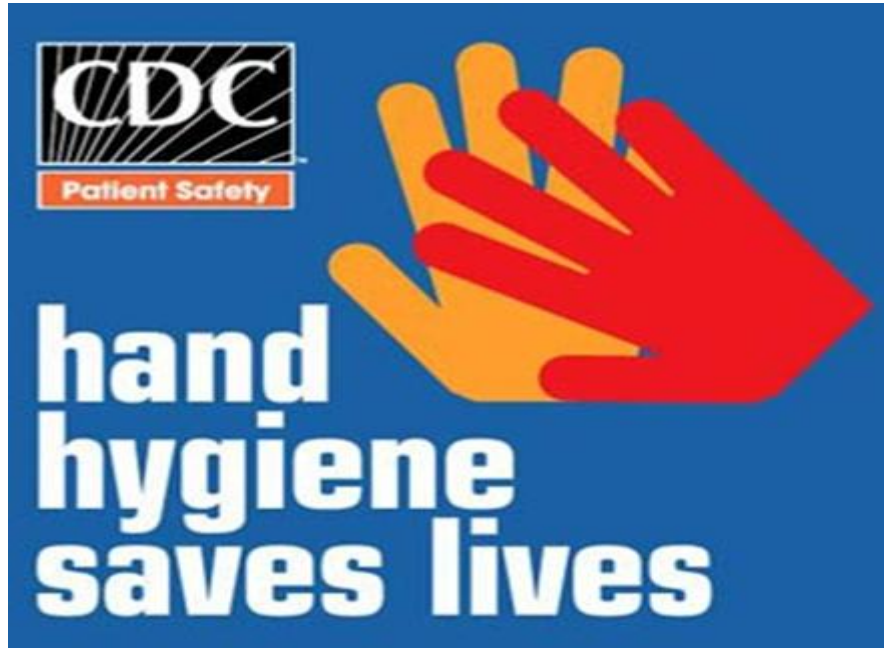
❖ ۲- برای اجتناب انتقال باکتری از خانه به بیمارستان

❖ ۳- برای اجتناب انتقال باکتری از بیمارستان به خانه

❖ ۴- برای اجتناب از عفونت هایی که در بیمارستان به بیمار منتقل می شود.

بهداشت دست- حافظ زندگی

واحد آموزش کنترل عفونت بیمارستانی	هوالشافی	 دارای گواهینامه استاندارد ایزو ۹۰۰۱ در مدیریت کیفیت و درجه یک عالی ارزشیابی
	عنوان سند: جزوه و پمفلت آموزشی شماره سند: ۷۵۳۰-ف شماره بازنگری: ۲ تاریخ بازنگری: ۹۳/۱۰/۲۸	



منابع:

- Hand Hygiene in Healthcare Settings-Supplemental.cdc.www.carp-net.org.2010.
- Hand Hygiene A Critical Infection Control Issue.
- Hand Hygiene for Health Care Settings.Ministry of Health and Long -Term Care
February.ontario. 2007.