

نکات بهداشتی درمانی و پیشگیرانه جهت

بیماران و همراهان در بخش

جهت رفاه و تامین سلامت بیماران و همراهان عزیز، پیشنهاد می گردد نکات ذیل را رعایت فرمائید:

لطفاً با رعایت این موارد ما را در فراهم نمودن محیط ایمن و ارائه خدمات بهتر یاری نمائید.

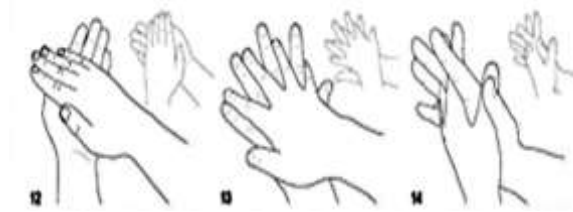
رعایت بهداشت فردی استحمام به موقع بیماران و همراهان رعایت نظافت در استفاده از سرویس های بهداشتی، تمیز نگه داشتن میز غذا و محیط اطراف تخت از این جمله است در صورت کثیف شدن ملحفه ها به کمک بهیار بخش اطلاع دهید.

مهمترین عامل انتقال آلودگی و عفونتها از طریق دستها می باشد لذا شستن صحیح دستها به عنوان ساده ترین و ابتدائی ترین راه می تواند از ابتلا به عفونتهای بیمارستانی و بیماریهای واگیر پیشگیری نموده موجب تسریع روند بهبود و حفظ ایمنی بیماران گردد، بنابراین قبل از خوردن و آشامیدن بعد از استفاده از سرویس بهداشتی و تماس با اشیا مختلف، باید دستها را با آب و صابون به طور کامل مطابق پوسترهای راهنمای موجود در بخش بشوئید.

روشهای رعایت بهداشت دست

الف روش ضد عفونی دست با محلول پایه الکلی

به این منظور مقدار کافی از محلول را در کف دست خود ریخته و تا زمانی که دستها کاملاً خشک شوند آنها را به شیوه صحیح مطابق پوسترهای راهنما بهم بمالید.



ب روش صحیح شستن دست با آب و صابون

• در صورت امکان همیشه از آب تمیز، روان و لوله کشی استفاده نمائید.

• ابتدا دست ها را با آب مرطوب کنید سپس با استفاده از صابون مایع دست ها را به هم بمالید بنحوی که کلیه سطوح دست ها را بپوشاند.

• مطابق مراحل پوسترهای راهنمای شستشوی دست تمام قسمتهای دست را بشویید.

• دست ها را کاملاً آبکشی نمائید.

• با حوله کاغذی یکبار مصرف دستها را کاملاً خشک نمائید.

• با همان دستمال کاغذی استفاده شده شیر آب را ببندید و سپس آن را در سطل زباله بیندازید.

تفکیک زباله ها در بیمارستانها

- زباله های عفونی و عادی به طور جداگانه جمع آوری می گردد. سطل زباله زرد با کیسه های زرد جهت زباله های عفونی می باشد. زباله های عفونی شامل کلیه وسایل آغشته به خون و یا هر گونه ترشحات بدن بیمار است مانند پانسمان، دستمال کاغذی، دستکش، ماسک و پوشک و زیر انداز. سطل زباله آبی باکیسه های آبی جهت زباله های عادی و غیر عفونی مانند پسماند غذا، ظروف آب معدنی و آب میوه و می باشد.

- در صورت مشاهده اجسام نوک تیز و برنده از دست زدن به آن اکیدا خود داری نموده و پرستار بخش را مطلع نمائید

بیماران ایزوله

- جهت ورود به اتاق های ایزوله استفاده از وسایل حفاظت فردی از جمله ماسک، دستکش و در صورت لزوم گان ضروری می باشد. بیمار بستری در اتاق ایزوله ممنوع الملاقات می باشد. لطفا خانواده و دوستان را توجیه نمائید که به منظور حفظ ایمنی خود از مراجعه و ملاقات خودداری نمایند.
- بیمار بستری در اتاق ایزوله فقط از وسایل و سرویس بهداشتی اتاق خود بایستی استفاده نماید.

وسایل حفاظت فردی جهت بیمار ایزوله

دستکش

دستکش باید طوری پوشیده شود که بر روی مچ آستین گان قرار گیرد. دستکش فقط یکبار استفاده گردد، در صورت پارگی و آلودگی و بین هر بار انجام مراقبت از بیمار باید تعویض شود. قبل از پوشیدن دستکش و بعد از خارج کردن آن دستها باید با آب و صابون شسته شود.

گان

برای حفاظت از پوست و جلوگیری از آلوده شدن لباس ها طی انجام مراقبتهایی که احتمال پاشیده شدن خون یا ترشحات بدن وجود دارد ، باید از گان تمیز و یا استریل استفاده کرد و گان را روزانه یا به محض آلودگی واضح آن را در همپرا آلوده انداخته و با یک گان تمیز تعویض نمود.

ماسک و عینک

به منظور پیشگیری از پاشیدن خون و ترشحات آلوده در چشم و دهان و انتقال میکروب و بیماری از این طریق استفاده می شود. ماسک را هر دو ساعت و به محض مرطوب شدن تعویض نموده و آن را در سطل زرد مخصوص زباله عفونی دفع نمایید و دستها را بشویید.

وسایل حفاظت فردی، احتمال انتقال عفونت و بیماری واگیر را کاهش می دهند ولی این احتمال را کاملاً از بین نمی برند. این وسایل در صورتیکه درست استفاده شوند موثرند و جایگزین اصلی ترین جزء کنترل عفونت یعنی (شستن دستها) نمی شوند.



دانشکده علوم پزشکی شیراز

مرکز آموزشی درمانی شهید دکتر فقیهی

نکات بهداشتی درمانی و پیشگیرانه جهت

بیماران و همراهان

ویژه آموزش به بیمار

تهیه کننده

طاهره بخشنده- کارشناس ارشد آموزش پزشکی

افسون توفیق - کارشناس ارشد پرستاری

تایید کننده

دکتر محمد علی داور پناه - متخصص بیماریهای عفونی

منبع

CDC Guidelines for Infection Control

کلیات بهداشت محیط ۲۰۲۰

تابستان ۱۴۰۴

EDU-PT-126/B

