

## 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 اشمیدن 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 بشوئید.

• 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



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- افسون توفیق

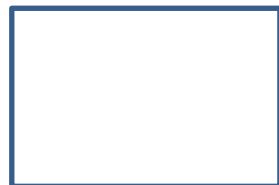
منبع :

CDC Guidelines for Infection Control

کلیات بهداشت محیط - سالواتو

۱۳۹۷

تایید کمیته آموزش به بیمار تایید مسئول علمی بخش



آن را در همپا 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.

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

#### 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