

الزامات بهداشتی

وسایل حفاظت فردی:

1. احتمال، عفونت را کاهش می‌دهد.
2. هل، اب، احتمالاً، کاملاً از بین نمی‌رند.
3. فقط در صورتیکه درست استفاده شوند موثرند.
4. جایگزین اصلی‌ترین جزء کنترل عفونت (شستن دست) نمی‌شوند

دستکش

دستکش باید:

1. مچ آستین گان را بپوشاند.
2. فقط یکبار استفاده گردد.
3. در صورت پارگی و آلودگی قابل مشاهده تعویض گردد.
4. بین هر بار انجام مراقبت از بیماری که حامل میکروارگانیسم است، تعویض شود.
5. پس از استفاده و پیش از ارائه مراقبت به بیمار دیگر، باید خارج و بلافاصله دستها شسته شود تا از انتقال میکروارگانیسم‌ها به محیط یا سایر بیماران جلوگیری شود.
6. گان

ماسک

برای حفاظت از غشای مخاطی بینی و دهان در طی انجام پروسیجرهایی که احتمال پاشیدن خونی، مایعات و تشحات بدن، حعه دارد، لازم است از ماسک استفاده شود.
ماسک باید:

1. بوسیله بند یا کش به پشت سر بسته شود.
2. در صورت مرطوب شدن تعویض شود.
3. هرگز به گردن آویزان نشود.
4. پس از استفاده در سطل زباله دفع گردد.
5. پس از استفاده باید دستها شسته شود.

نحه در آهردن ماسک:

1- گره‌ها را باز کنید

2 - ابتدا بند تحتانی را گرفته و آن را از پشت سر خارج کنید سپس بند فوقانی را گرفته از پشت سر بیرون بیاورید

3- ماسک را به داخل سطل زباله (در صورت یکبار مصرف بودن) بیندازید.

بهداشت دست:

رعایت بهداشت دست که روشی ساده می‌باشد به عنوان اساسی‌ترین موازین و یکی از اولیه‌ترین تمهیدات در کاهش عفونت‌های بیمارستانی و گسترش مقاومت ضد میکروبی و افزایش ایمنی بیماران محسوب می‌شود.

روشهای رعایت بهداشت دست:

الف - روش Hand rub

به منظور ضد عفونی دست با استفاده از محلول‌های مایع با بنیان الکلی جهت Hand rub مقدار کافی از محلول را در کف دست خود ریخته و تا زمانی که دستها کاملاً خشک شوند آنها را به شیوه صحیح بهم بمالید

ب – روش صحیح شستن دست با آب و صابون :

1. در صورت امکان همیشه از آب تمیز، روان و لوله کشی استفاده نمائید .
2. ابتدا دست ها را با آب مرطوب کنید سپس با استفاده از صابون دستشویی دست ها را به هم بمالید بنحوی که کلیه سطوح دست ها را بپوشاند .
3. با استفاده از حرکات چرخشی کف دستان و بین انگشتان را محکم به هم بمالید .
4. دست ها را کاملاً آبکشی نمائید .
5. با حوله پارچه ای تمیز و یا حوله کاغذی یکبار مصرف دستها را کاملاً خشک نمائید .
6. با همان حوله یا دستمال کاغذی استفاده شده شیر آب را ببندید و سپس جهت شستشوی مجدد حوله را به بین مخصوص لاندري کثیف و یا در صورتی که دستمال یکبار مصرف است آن را در سطل آشغال بیندازید

تهحه :

1. مطمئن شوید که دستهایتان کاملاً خشک شده اند و از آلودگی مجدد دست هایتان بپرهیزید

2. در هنگام خشک کردن دست از يك حوله پارچه ای فقط يك بار استفاده شود(از يك حوله چند بار توسط يك فرد و یا افراد مختلف استفاده نشود و در صورتی که رعایت این نکته مقدور نمی باشد ، ترجیحاً از حوله کاغذی یکبار مصرف استفاده شود)
3. با توجه به اینکه تماس مکرر با آب خیلی داغ باعث تحریک پوست و احتمال صدمه به پوست را افزایش می دهد، از آب داغ جهت شستن دست ها استفاده نکنید .

تهصه ها، باء، آماده نموده، دست حمت اقدام به حاح، : الف – انجام اقدامات ذیل قبل از شروع آماده سازی دست ها برای انجام جراحی ضروري است :

1. با توجه به اینکه منشاء غالب میکروب های دست از زیر ناخن ها می باشد، ناخن را همیشه کوتاه نگهدارید، و در هنگام شستن دست زیر آنها را کاملاً تمیز نموده و بشوئید .
2. . از زدن لاک ناخن و استفاده از ناخن مصنوعی اجتناب نمائید .
3. قبل از ورود به فضای اتاق عمل تمامی زینت آلات و جواهرات مورد استفاده را از دست خود درآورید(بعنوان مثال:حلقه، انگشتر ، ساعت مچی و دستبند).
4. در صورتی که دست ها بصورت آشکارا کثیف می باشند، قبل از آماده سازی دست ها برای اقدام به جراحی و ورود به فضای اتاق عمل ، دست ها را با آب و صابون ساده بشوئید . خرده های موجود در زیر ناخن ها را ترجیحاً در زیر آب شیر بوسیله ناخن شورخارج نمائید . بدلیل صدمه به پوست و افزایش احتمال پوسته ریزی از برس استفاده نکنید . در صورت لزوم از ناخن شور استریل استفاده کنید(ناخن شور هایی که قابلیت اتوکلاو شدن و استریلیتی مجدد را دارند در حال حاضر در بازار موجودند)

ب-اسکراب جراحی با استفاده از محلول های ضد عفونی دست با بنیان الکلی که دارای

فعالیت باء، باء، باشند

- 1- هنگامی که از محلول های ضد عفونی با بنیان الکلی با فعالیت پایدار جهت اسکراب جراحی استفاده می نمائید، محلول را بر روی دست های خشک بریزید .
- 2- با محاسبه زمان و استفاده از مقدار کافی و لازم از محلول ضد عفونی ، دست ها و ساعد تا

ضد هت استفاده از دستکش ، حبه ، كا :

پوشیدن دستکش توسط کارکنان ارائه دهنده خدمات بهداشتی درمانی در حین مراقبت از بیماران با توجه به دو هدف ذیل صورت می گیرد :

1. پیشگیری از انتقال میکروارگانیسم ها از دست کارکنان به بیماران و یا از يك بیمار به دیگری در حین ارائه مراقبت یا خدمات .

2. پیشگیری از انتقال بیماری از بیماران به کارکنان

تهحه به نکات ذبا ، ضد هت بست :

1. ضرورت استفاده یا عدم استفاده از دستکش و انتخاب نوع مناسب آن (دستکش تمیز یا استریل) در موقعیت های مختلف ارائه خدمات و یا مراقبت از بیماران، منطبق با موازین احتیاطات استاندارد و تماسی می باشد .

2. در زمانی که پیش بینی می نمائید در حین ارائه خدمات و یا مراقبت از بیماران ، احتمال آلودگی دست ها با خون و سایر ترشحات و مواد بالقوه عفونی بیمار و یا غشاء مخاطی و پوست ناسالم آنان وجود دارد دستکش بپوشید .

3. به لحاظ رعایت موازین پیشگیری و کنترل عفونت پوشیدن دستکش، ضرورت رعایت بهداشت دست را منتفی نمی نماید.

4. از يك جفت دستکش فقط برای ارائه خدمات و یا مراقبت از يك بیمار استفاده کنید .

5. در هنگامی که دستکش بدست دارید، در صورتی که در حین مراقبت از بیمار و بعد از اتمام يك اقدام درمانی در يك ناحیه آلوده بیمار نیاز است موضع تمیز همان بیمار و یا محیط را لمس نمائید، دستکش خود را در آورید و یا آن را عوض کنید .

6. شدیداً توصیه می شود که از استفاده مجدد دستکش ها اجتناب نمائید .

مثال ، هاب ، از مهارد استفاده از دستکش ، استبا ، :

1. انجام هرگونه اقدامات جراحی

2. زایمان واژینال

3. اقدامات رادیولوژیکی تهاجمی

4. برقراری راه عروقی و انجام اقدامات مرتبط به راه های عروقی (ایجاد راه وریدی مرکزی در بیماران)

5. آماده نمودن محلول های تغذیه مکمل جهت انفوزیون

6. آماده نمودن داروهای شیمی درمانی جهت تزریق

مثال ، هاب ، از مهارد استفاده از دستکش ، تمنا :

الف) تماس مستقیم با بیمار

1. احتمال قرار گرفتن در معرض خون ، مایعات بدن ، ترشحات و مواد دفعی بیمار و اشیاء و مواردی که بصورت مشهود آلوده به مایعات دفعی بیمار می باشد .

2. تماس با غشاء مخاطی و پوست آسیب دیده بیمار

3. احتمال قرار گرفتن در معرض تماس ارگانیسم های شدیداً عفونی و خطرناک

4. موقعیت های اورژانس یا اپیدمی

5. گذاردن و یا کشیدن آنژیوکت و ...

6. گرفتن خون از بیمار

7. قطع یا بستن راه وریدی

- ب) تماس، غب مستقیم با بیمار،
 1. تخلیه مواد برگشتی از معده بیمار
2. جابجایی یا تمیز کردن وسایل و تجهیزات
3. جابجایی یا تخلیه پسماندها
4. تمیز نمودن ترشحات مایعات بدن پاشیده شده روی اشیاء و یا در ضمن لکه گیری البسه
- مثال، هایپ، از مواردی که یوشیدن دستکش، ضروری نمی باشد:
- در این موارد احتمال تماس مستقیم یا غیر مستقیم کارکنان بهداشتی درمانی با خون، مایعات بدن بیمار و یا محیط آلوده وجود ندارد.
- الف) تماس، مستقیم با بیمار:
- گرفتن فشار خون، درجه حرارت و نبض بیمار
 - تزریق، زیر پوستی یا عضلانی به بیمار
 - لباس، یوشانیدن به بیمار
 - انتقال بیمار
 - مراقبت از گوش، ه یا چشم بیمار، در صورت فقدان، ترشحات
 - ه، گنه، مراقبت از راه، در بیمار، در صورت عدم نشت خون
- ب) تماس، غیر مستقیم با بیمار:
- استفاده از گوشی، تلفن، مشترک بین بیمار، و کادر بخش
 - درج گزارش، بیمار در پرونده بالینی و یا چارت بالای سر بیمار
 - دادن، دارو، خوراکی به بیمار
 - جمع نمودن، سینه، غذا، بیمار و یا قطع لوله تغذیه بیمار
 - تعویض ملحفه بیمار (در صورتی که بیمار ایزوله تماسی نباشد و یا ملحفه بیمار آلوده به ترشحات و مواد دفعی بیمار نباشد)
 - گذاردن، ماسک تنفسی و یا کانولای بینی بصورت غیر تهاجمی برای بیمار
 - حجاب، اثاثه بیمار
- ناحیه آرنج را با استفاده از حرکات چرخشی آنقدر بهم بمالید تا کاملاً خشک شوند.
- 3- مدت زمان مالیدن دست ها و ساعد به یکدیگر با استفاده از حرکات چرخشی ضروریست بیش از 3 دقیقه بطول بیانجامد.
- 4- مقدار محلول استفاده شده به حدی باشد که در کل این مدت دستها و ساعد تا ناحیه آرنج ها کاملاً مرطوب باقی بمانند.
- 5- در صورتی که کیفیت آب مورد اطمینان نیست جهت آماده سازی دستها قبل از اقدام به جراحی اقدام به استفاده از محلول های ضد عفونی با بنیان الکلی نمائید.
- 6- قبل از پوشیدن کلاه، گان و دستکش استریل اجازه دهید دستها و ساعدها تا ناحیه آرنج کاملاً خشک شوند " با بالا نگه داشتن دست ها بالاتر از آرنج وارد اتاق عمل شوید "
8. کشیدن خون
9. معاینات لگنی و واژینال در بیماران
10. ساکشن سیستم های آندوتراشیاال باز