



## نکات مهم در بهداشت دست

۱. دست ها در زیر آب شسته شوند.
۲. تمام جواهرات باید از دست خارج شوند.
۳. صابون جامد بایستی به صورت خشک نگهداری شود (شخصی باشد).
- در صورت استفاده از صابون مایع باید در مخزن در بسته نگه داشته شود و بطور مرتب مخزن تمیز شود.
۴. شیر آب به گونه‌ای بسته شود که از آلودگی مجدد دست جلوگیری شود.
۵. با دست‌های مرطوب یا آغشته به محلول ضد عفونی، نباید دستکش پوشید.
۶. آستین‌های روپوش تا قسمت فوقانی مچ بالا زده شود.
۷. ناخن‌ها باید کوتاه باشد (۶ میلی متر) نباید از برق ناخن، لاک ناخن، یا ناخن مصنوعی استفاده نمود.
۸. سطح انگشتان و دست‌ها از نظر بریدگی و خراش کنترل شوند.
۹. دست‌ها و روپوش نباید با سطح سینک تماس داشته باشد.
۱۰. از آب ولرم استفاده گردد.
۱۱. حین شستشوی دست، آب و صابون به محیط اطراف و لباس‌ها پاشیده نشود.
۱۲. خشک نمودن دست‌ها از قسمت انگشتان به طرف مچ و ساعد انجام گردد.

## استفاده از دستکش

هنگامی که در حین ارائه خدمات و یا مراقبت از بیماران احتمال آلودگی دست‌ها با خون، سایر ترشحات بالقوه عفونی، غشاء مخاطی و پوست ناسالم بیمار وجود دارد از دستکش استفاده نماید.

## نکات مهم در استفاده از دستکش :

- از یک جفت دستکش فقط برای ارائه خدمات و یا مراقبت از یک بیمار استفاده کنید.
- زمانی که دستکش به دست دارید، درصورتی که در حین مراقبت از بیمار و بعد از اتمام یک اقدام درمانی در یک ناحیه آلوده بیمار نیاز است موضع تمیز همان بیمار و یا محیط را لمس نمایید، دستکش خود را در آورید و یا آن را تعویض کنید. از استفاده مجدد دستکش‌ها اجتناب نمایید.
- قبل از پوشیدن دستکش و همچنین پس از خارج کردن دستکش رعایت بهداشت دست الزامی است.

**به خاطر داشته باشید استفاده از دستکش به هیچ عنوان نمی تواند جایگزین بهداشت دست شود.**

## بهداشت دست در مراکز بهداشتی و درمانی



شرکت شیمیایی نوین پاک شرق

واحد تولیدی نیپکو (شرکت شیمیایی نوین پاک شرق) با بیش از دو دهه فعالیت در زمینه کنترل عفونت‌های بیمارستانی و عرضه فرآورده‌های ضد عفونی و پاک‌کننده در سال ۱۳۹۴ به بهره برداری رسید. به کارگرفتن فن آوری روز، فراهم نمودن شرایط تولیدی تحت GMP دارویی، تولید تحت لیسانس، انتقال دانش فنی از کشورهایمانند سوئیس، آلمان و فرمولاسیون محصولات جدید قابل رقابت با محصولات روز دنیا بخشی از تدابیر به کار گرفته شده برای تضمین کیفیت تولید می باشد.

دفتر تهران: خیابان شریعی، بالاتر از میرداماد، کوچه زرین، پلاک ۲۹  
کدپستی: ۱۹۴۸۸۴۴۹۳۵ | تلفن: ۰۲۱)۲۷۶۶۶ | فکس: ۰۲۱)۲۲۸۹۵۱۸۹

## اسکراب جراحی

تمام اعضاء استریل تیم جراحی باید قبل از شروع عمل، اسکراب جراحی کنند و سپس گان و دستکش بپوشند.

دست‌ها باید با یک صابون آنتی میکروبیال یا یک محلول با پایه الکلی اسکراب شوند.

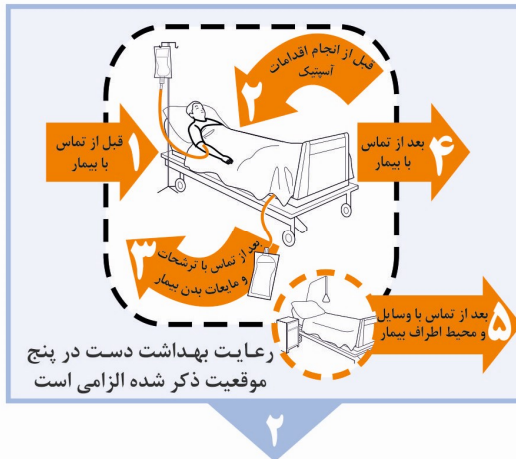
در صورتی که دست‌ها بطور واضح کثیف هستند، قبل از ورود به اتاق عمل و قبل از اسکراب، آن‌ها را با آب و صابون معمولی بشویید. ناخن‌ها باید کوتاه باشد. استفاده از ناخن مصنوعی و لاک توسط کارکنان اتاق عمل ممنوع است.

ناخن‌ها باید زیر جریان آب تمیز با ناخن شوی استریل تمیز شوند. برای اسکراب دست‌ها و ساعدها از برس استفاده نکنید در صورت اجبار می‌توان از برس یا اسفنج نرم استریل و یکبار مصرف استفاده کرد. اگر کارکنان اتاق عمل دچار ضایعات پوستی باشند، تماس با بیمار می‌تواند باعث انتقال عفونت به آنها شود. در صورتی که ضایعات شدید است از شرکت وی بعنوان تیم استریل جراحی جلوگیری شود. تمام جواهرات شامل حلقه، دستبند و ساعت قبل از شروع اسکراب جراحی باید خارج شود.

اسکراب های طولانی تر از ۵ دقیقه به هیچ وجه توصیه نمی‌شود. اسکراب از نوک انگشتان شروع شده و تا دو اینچ بالای آرنج انجام می‌شود. هنگام استفاده به ناحیه تمیز برنگردید. تمام نواحی انگشتان، دست‌ها و ساعد کاملاً اسکراب شود.

ابتدا یک دست کاملاً اسکراب شده سپس دست دیگر را اسکراب کنید. دست‌ها را بالاتر از آرنج نگه دارید تا آب از نوک انگشت به سمت آرنج برود نه برعکس. دست‌ها و ساعد را دور از لباس خود نگه دارید.

**مراحل اسکراب جراحی با محلول الکلی: (زمان لازم هر دست ۹۰ ثانیه)**



## چه موقع دست‌هایمان را با آب و صابون بشوییم:

۱. در صورت روبت آلودگی واضح دست‌ها با مواد پروتئینی یا کثیفی دست‌ها.
  ۲. قبل از غذا خوردن.
  ۳. در صورت شک مواجهه با باسیل آنتراکس، باکتری کلتریدیوم دیفیسیل یا هر باکتری اسپورزا.
  ۴. بعد از رفتن به دستشویی.
  ۵. پس از هر ۵ یا ۶ بار الکل راب کردن یک بار شستشوی دست مفید است.
- مراحل شست و شوی دست‌ها با آب و صابون: (زمان لازم ۴۰-۶۰ ثانیه)**



## اهمیت رعایت بهداشت دست

عفونت‌های ناشی از ارائه مراقبت‌های بهداشتی درمانی (HCAI) یکی از علل شایع مرگ و میر و افزایش معلولیت در بیماران بستری در بیمارستان‌ها می‌باشد. رعایت بهداشت دست با شکستن زنجیره انتقال عفونت به عنوان یکی از مهم‌ترین تمهیدات در کاهش عفونت‌های بیمارستانی و افزایش ایمنی بیماران محسوب می‌شود.

## بهداشت دست از دو راه امکان پذیر است:

۱. ضدعفونی دست‌ها با محلول هندراب
۲. شست شوی دست‌ها با آب و صابون

## چه موقع دست‌هایمان را با محلول الکلی ضدعفونی کنیم:

۱. قبل و بعد از تماس با پوست سالم بیمار
  ۲. قبل و بعد از تماس با مایعات یا ترشحات بدن، مخاطات، پوست آسیب دیده یا پانسمان زخم به شرط عدم آلودگی قابل رویت دست
  ۳. حین مراقبت از بیمار در صورت حرکت دست از قسمت آلوده بدن به قسمت تمیز
  - ۴- بعد از تماس با وسایل بلافاصله در مجاورت با تخت بیمار
  - ۵- قبل از کارگذاری سوند ادراری با کاتتر و ریدی محیطی
  - ۶- قبل و بعد از پوشیدن دستکش
- مراحل ضدعفونی دست‌ها با محلول هندراب: (زمان لازم ۲۰-۳۰ ثانیه)**

