

بهبود بهداشت دست

اجرای دستورالعمل بهداشت دست در مراکز درمانی تدوین شده توسط وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی در بخشها رعایت و کنترل پایش قرار گیرد. باید توجه داشت که شستن دست ها به تنهایی مهمترین راه پیشگیری از عفونت های بیمارستانی به شمار می آید. شستن دست ها توسط صابون های معمولی یا انواع ضد میکروبی صورت توصیه می گردد. شستن دست با صابون های معمولی و آبکشی باعث می شود تا میکروارگانیسم ها به روش مکانیکی از روی پوست زوده شوند و شستن دست با محصولات ضد میکروبی علاوه بر زدودن مکانیکی میکروبها باعث کشته شدن میکروارگانیسم ها یا مهار رشد آن ها نیز می گردد.



پوست دست کارکنان پزشکی دارای میکروارگانیسم های مقیم و انواع موقت است. اکثر میکروب های مقیم پوست در لایه های سطحی قرار دارند ولی حدود ۱۰ تا ۲۰٪ آن ها در لایه های عمقی اپیدرم قرار دارند که بدنبال شستشوی دست ها با صابون های معمولی پاک نمی شوند ولی معمولاً بوسیله مواد ضد میکروبی،

کشته شده یا رشدشان مهار می گردد. شستن دست ها با صابون معمولی باعث زدودن میکروب های موقتی پوست فواید شد.

مواردی که باید دستها شسته شوند

- ✚ در فواصل تماس با بیماران و قبل از تهیه داروهای بیماران
- ✚ قبل از مراقبت از بیماران آسیب پذیر
- مانند نوزادان و افراد دچار سرکوب شدید سیستم ایمنی
- ✚ قبل از انجام اقدامات تهاجمی



- ✚ قبل و بعد از تماس با زخم
- ✚ پس از در آوردن دستکش ها از دست.
- ✚ بعد از دست زدن به اشیایی که احتمال آلودگی آن ها با میکروب های بیماریزا وجود دارد و یا

✚ پس از مراقبت از بیمارانی که احتمال دارد با میکروب هایی که از لحاظ اپیدمیولوژی اهمیت خاصی دارند کلونیزه شده باشند مانند باکتری های مقاوم به چند نوع آنتی بیوتیک

روش های

رعایت بهداشت دست عبارتند از:

۱. شستن دستها به روش معمول یا

روتین

شامل کف آلودکردن دست ها با صابون معمولی و مالیدن محکم تمام سطوح دست ها به یکدیگر و آبکشی آن ها با آب است. این مراحل باید ۱۰ تا ۱۵ ثانیه طول بکشد. سپس دست ها باید با دستمال کاغذی خشک گردند

۲. شستن دست ها به کمک مواد ضد

عفونی کننده

برای ضد عفونی نمودن دست ها می توان از مملوین پوویدون (بتادین) و یا صابونهای حاوی کلرهگزیدین ۲٪ یا ۴٪ استفاده کرد. حداقل زمان مناسب برای این گونه شستن دستها ۶۰ ثانیه است. اگر دستها قبل از اقدام به روش های تهاجمی مانند جراحی شسته می شوند مراحل شستشو حداقل بایستس ۲ تا ۳ دقیقه انجام شود



بیمارستان منتصریه

مرکز پیوند اعضا و دیالیز

ایمنی بیمار (۴)

بهبود بهداشت دست جهت

جلوگیری از عفونت



واحد بهبود کیفیت

سال ۱۳۹۱

روش

صحيح شستشوی دست

بعد از مرطوب کردن دستها با آب و صابون دستهای خود را به روش زیر بشوید



کف دستها



بین انگشتان



پشت دستها



شستشوی شست دستها



پشت انگشتان دست و ناخن



نوک انگشتان دست



مچ دستها

نباید از یاد برد که با شستن

دست ها می توان ۵۰٪ عفونت

های بیمارستانی را کاهش

داد

آدرس : مشهد، بلوار امام خمینی، امام خمینی ۲۵
تلفن : ۲۲۹۱۹۶۴ داخلی (۱۰۲۰)

اندیکاسیون های ضد عفونی کردن دست

ها با مواد ضد میکروبی

قبل از انجام اعمال جراحی یا اقدامات تهاجمی
مشابه

مین مراقبت از بیمارانی که ایزوله شده اند یا رعایت
بعضی احتیاط ها برای آن ها ضروری است

قبل از ورود به بخش های مراقبت ویژه



۳. مالش دستها با مواد ضد عفونی کننده

مانند الکل یا ژل های ضد باکتریایی بدون

آبکشی با آب

در مواقع خاص که امکان شستشوی سریع با

آب وجود ندارد می توان با مالش دستها موادی

مانند الکل و یا ژل های ضد عفونی کننده

باکتری های بیماریزا را از سطح پوست مذف

نمود