



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی تهران

بیمارستان اعصاب و روان دل آرام سینا

(بهداشت دست)

کرده‌هرف:

کارکنان، بیماران و همراهان

تهیه‌کننده: واحد کنترل عفونت



## نحوه شستوی دست‌ها با محلول‌های الکلی:

- ۱- مقداری از محلول الکلی را بر روی دستهای خشک ریخته و کف هر دو دست را بهم بمالید.
- ۲- کف هر دست را به پشت دست دیگر بمالید ۳- کف دستها را بر روی هم قرار دهید و لابه لای انگشتان را به یکدیگر بمالید
- ۴- انگشتان یک دست را به کف دست دیگر بمالید به گونه ای که انگشتان دو دست بطور مخالف یکدیگر را در بر گیرند ۵- انگشت شست چپ را داخل دست راست مشت شده مالش دهید و این عمل را برای دست دیگر نیز تکرار کنید.
- ۶- نوک انگشتان دست راست را در کف دست چپ مالش دهید و این عمل را برای دست دیگر نیز تکرار کنید.
- ۷- هنگامیکه دست شما خشک شد، آنها ایمن شده اند.

نوجه مهم

دستمال کاغذی نواری شکل (Roll type) جهت استفاده در مراکز درمانی به هیچ وجه توصیه نمیشود.

استفاده از دستکش نباید جایگزین شستن دست‌ها گردد.

## علل اصلی غفلت شستن دست‌ها توسط بکاران بالینی:

- ۱- قرار نداشتن مایع Hand-rub در مکان مناسب و قابل دید پرسنل
- ۲- اهمیت ندادن این موضوع از طرف مسئولین و جدی نگرفتن آن
- ۳- عدم مسئولیت پذیری پرسنل
- ۴- کمبود آموزش کافی و مناسب
- ۵- پوشیدن دستکش
- ۶- پر بودن دست پرسنل در هنگام ورود و خروج از اتاق بیماران
- ۷- عدم استفاده از یادآوری کننده ها مثل پوسترها و اتیکت در محل های مناسب جهت یاد آور

پیشگیری همیشه بهتر است، از آسترارزاتر

و علی‌تر از درمان است...