

## بسمه تعالی

عفونتهای ناشی از ارائه ی مراقبتهای بهداشتی درمانی یکی از شایعترین علل مرگ ومیر و افزایش معلولیت در بیماران بستری می باشد. جهت جلوگیری از انتقال بیماری، خط اول مبارزه ، شستشوی صحیح دستان افراد دخیل در مراقبت پزشکی است در نتیجه تماس های روزانه بین بیمار و کادر درمان میکروب ها به راحتی از طریق دست آلوده انتقال می یابند

85% از عفونتهای بیمارستانی از طریق دستان آلوده منتقل می گردد. بنابراین شستشوی دست می تواند جلوی انتقال بیماریها اسهالی، پنومونی، انگلهای روده ای، آنفلونزا، عفونتهای پوستی و... را بگیرد هدف از شستشوی دست زدودن موجودات میکروسکوپی و بیمار زائی است که طی تماس های روزمره بر روی پوست تجمع پیدا کرده وبه سلامت فرد و سایرین آسیب وارد می کند. این روزها شستن مرتب دستها و مراقبتهای لازم برای مقابله با ویروس

کرونا موضوعی بسیار مهم است ، به طوریکه هرفرد باید در طول روز به طور کاملا اصولی و طی چندین مرتبه دستان خود را شستشو دهد. شستن دستها در ده مرحله از اصولی ترین روش هایی است که می توان به کمک آن دستها را ضد عفونی کرد.



## اصول بهداشت و شست و شوی دست



تهیه و تنظیم:

واحد آموزش به بیمار

مسئول واحد کنترل عفونت

گروه هدف: بیماران

کد پمفلت: RH.PM1.P9

مرحله 8: شستن دور مچ هر دو دست

مرحله 9: خشک کردن دست ها با دستمال

یک بار مصرف

مرحله 10: بستن شیرآب با همان دستمال یا

با آرنج و انداختن دستمال در سطل زباله

شستن مرتب دستها از توصیه های اصلی

سازمان جهانی بهداشت برای پیشگیری از

ابتلا به ویروس کروناس. در هنگام

شستشوی دستهای خود به مناطقی که

معمولا نشسته یا خوب شسته نمی شوند

مانند نوک انگشتان و کف دست توجه کنید

ممکن است همین نقاط آلوده به ویروس

باشد.

مراحل شستن دست ها طبق تصویر به شرح

ذیل است:

مرحله 1: دستها را خیس و آنها را به صابون

آغشته کنید.

مرحله 2: کف دستها را به هم بمالید.

مرحله 3: شستن مابین انگشتان در قسمت

پشت دست

مرحله 4: شستن مابین انگشتان از روبرو

مرحله 5: نوک انگشتان را در هم گره کرده و

به خوبی بشویید.

مرحله 6: شستن جداگانه و دقیق شست ها

مرحله 7: مالیدن نوک انگشتان به خطوط کف

دست به صورت دایره ای