

اصول بهداشت دست:

چگونه دست ها را بشوئیم ؟

دست ها را فقط زمانی با آب و صابون بشویید که بطور قابل مشاهده کثیف باشند. در غیر این صورت از محلول مالش دست استفاده کنید.

مدت زمان برای شستن دست ها با آب و صابون ۲۰ تا ۳۰ ثانیه است.



چگونه از محلول مالش دست استفاده کنیم ؟

برای بهداشت دست ها از مواد مالش دهنده دست استفاده کنید. دست ها را فقط زمانی با آب و صابون بشویید که بطور قابل مشاهده کثیف باشند.

مدت زمان برای مالش دست ها ۲۰ تا ۳۰ ثانیه است.



مراحل شستشوی دست:

۱. ابتدا باید نوس آب را باز کرده و دستی آب کنترل شود آب نیمه گرم باشد.
 ۲. دست خود را پیش از ریختن محلول پاک کننده انتخابی خیس می کنید.
 ۳. محلول پاک کننده را روی دست می بریزند (۲ تا ۴ سی سی).
 ۴. کف دست راست را به پشت دست چپ و کف دست چپ را به پشت دست راست مالش می دهند.
 ۵. کف دو دست را پشتکن که انگشتان در هم داخل داشته باشند بهم می مالند.
 ۶. دست ها را از بند نهم انگشتان نو دست در هم قفل و همزمان مالش می دهند.
 ۷. قسمت دست راست را در کف دست چپ و قسمت دست چپ را با کف دست راست مالش دورانی می دهند.
 ۸. نوک انگشتان بهم چسبیده دست راست را روی کف دست چپ بصورت دورانی رفت و برگشتی و برعکس مالش می دهند.
 ۹. دستها را آب می کنند.
 ۱۰. دستها را با دستمال کاغذی خشک می نمایند.
- شیرهای آب را با استفاده از یک روش بدون دخالت دست مانند استفاده از آریج یا پغال پایی می بندند در مکان هایی که سیستم بدون دخالت دست وجود ندارد می توان از همان دستمال کاغذی که برای خشک کردن دست دست بکار رفتند استفاده نمود. مراحل انجام فرایند هندراب تقریباً مشابه شستشوی دست می باشد. مدت زمان هندراب ۲۰-۳۰ ثانیه و مدت زمان هندراب ۲۰ تا ۳۰ ثانیه می باشد.

نحوه صحیح شستن دست:



- توصیه هایی برای آماده نمودن دست جهت اسکراب جراحی:
۱. ناخن ها باید کوتاه باشند و باید از ناخن مصنوعی استفاده شود.
 ۲. از زین لاک ناخن و بوی ناخن اجتناب نمایند.
 ۳. قبل از ورود به فضای اتاق عمل تمام زینر آلات مانند حلقه دستبند، ساعت مچی را از دست خود در آورند.
 ۴. پرسنل برای اسکراب جراحی نکات ذیل را رعایت می کنند:
- ۱- قبل از اسکراب شستشوی دست با آب و صابون الزامی است.
 - ۲- برای انجام اسکراب به روش جراحی ۵ تا ۷ دقیقه وقت صرف می کنند.

روش صحیح اسکراب جراحی یا محلول الکلی:

