

بسمه تعالی

دانشگاه علوم پزشکی ایران
مرکز آموزشی درمانی شهیداکبرآبادی
کمیته کنترل عفونت های بیمارستانی

دستورالعمل شستشوی دستها

- ۱) باید توجه داشت که شستن دست ها به تنهایی مهمترین راه پیشگیری از عفونت های بیمارستانی به شمار می آید
- ۲) شستن دست ها توسط صابون های معمولی یا انواع ضد میکروبی صورت میگیرد. شستن دست با صابون های معمولی و آبکشی باعث می شود تا میکروارگانیزم ها بروش مکانیکی از روی پوست زدوده شوند و شستن دست با محصولات ضد میکروبی علاوه بر زدودن مکانیکی میکروبها باعث کشته شدن میکروارگانیزم ها یا مهار رشد آن ها نیز می گردد.
- ۳) پوست دست کارکنان پزشکی دارای میکروارگانیزم 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 خواهد شد.

مواردی که باید دستها شسته شوند عبارتند از

- 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
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 قبل و بعد از تماس با زخم
پس از در آوردن دستکش ها از دست و

روش های دست شستن

- شستن دست ها به روش معمول یا روتین
شامل کف آلود کردن دست ها با صابون معمولی (مایع، جامد) و مالیدن محکم تمام سطوح دست ها به یکدیگر و آبکشی آن ها با آب است. تمام مراحل باید ۴۰ تا ۶۰ ثانیه طول بکشد. سپس دست ها باید با دستمال (حوله) کاغذی خشک گردند. (به راهنمای تصویری شستن دست توجه فرمایید.)
ضد عفونی دست ها به کمک مواد ضد عفونی کننده
با مراجعه به راهنمای تصویری مدت زمان ضد عفونی دستها ۲۰ تا ۳۰ ثانیه می باشد.

اندیکاسیون های ضد عفونی کردن دست ها با مواد ضد میکروبی عبارتند از :

- قبل از انجام اعمال جراحی یا اقدامات تهاجمی مشابه
حین مراقبت از بیمارانی که ایزوله شده اند یا رعایت بعضی احتیاطها برای آن ها ضروری است.
قبل از ورود به بخش مراقبت ویژه نوزادان (NICU) یا شیرخوارگاه (Nursery)
مالش دستها با مواد ضد عفونی کننده مانند الکل یا ژل های ضد باکتریایی بدون آبکشی با آب
در مواقع خاصی که امکان شستشوی سریع با آب وجود ندارد می توان از مالش دستها توسط موادی مانند محلول و یا ژلهای ضد عفونی کننده به منظور حذف باکتری های بیماریزا از سطح پوست استفاده شود.

نباید از یاد برد که با شستن دست ها می توان ۵۰٪ عفونت های بیمارستانی را کاهش داد.