



دانشگاه علوم پزشکی شیراز

بیمارستان شهیدای سلامت نی ریز

بهداشت دست

تهیه کننده: طیبه فلاحی

(کارشناس ارشد پرستاری)

تاریخ تهیه: بهار 1401

تاریخ بازنگری بعدی: بهار 1404

دستورالعمل بهداشت دست وزارت بهداشت

شست و شوی بهداشتی دست ها ساده ترین راه پیشگیری و کنترل عفونت می باشد.

شستن دست ها یک عمل ساده و کم ارزش به نظر می آید

و شما را از بسیاری از بیماریها دور می کند. ممکن است تنبلی

یا عجله مانع از انجام این کار شود اما اگر با یک تصویر

میکروسکوپی از دست های نشسته خود روبرو شوید به احتمال

زیاد نظرتان عوض می شود. با شستن صحیح و کامل دست ها

می توانیم بیشتر میکروارگانیسم های عفونی را از بین برده

و خطر ابتلای خود و دیگران را به عفونت کاهش دهیم. مهمترین

عامل انتقال عفونت در بیمارستان دستهای آلوده می باشد.

شستن دست می تواند تا 80 درصد عفونت های بیمارستانی را کاهش دهد.

باید توجه کرد که پوشیدن دستکش به هیچ عنوان جیگزین

شست و شوی دست نمی گردد. شستن دستها زنجیره انتقال

عفونت از بیمار به پرستار و بالعکس و همچنین از پرسنل به

سایر همکاران و از بیمار به بیمار دیگر قطع می کند.

چه زمانی؟

شست و شوی و ضد عفونی دست در مراکز درمانی باید انجام شود.

قبل از تماس با بیمار :

مثال: دست زدن و کمک به بیمار برای حرکت و معاینه بالینی

قبل از اقدام به کار آسپتیک و تمیز:

مثال: ساکشن ترشحات تنفسی و پانسمان زخم و گذاشتن کاتتر و دادن دارو

بعد از تماس با بیمار :

مثال: دست دادن و معاینه بالینی

بعد از تماس با مایعات بدن بیمار:

مثال: مراقبت دهان و ترشحات تنفسی و خونگیری و ...

بعد از تماس با محیط اطراف بیمار:

تنظیم قطرات سرم و تعویض ملافه و لمس اشیا اطراف بیمار

چه زمانی دستها بایستی با آب و صابون شسته شود؟

زمانی که دست ها بطور واضح وقابل مشاهده کثیف باشد.

پس از آلوده شدن دست به خون وموادپروتئینی

پس از استفاده از سرویس بهداشتی

بهداشت محلول ضدعفونی یا هندراب برای ضدعفونی

دست ها استفاده کرد .حداکثر بعداز 7-8 بار استفاده

مکرر از محلول های ضدعفونی (هندراب)دستها را با آب وصابون بشویید.

شما می توانیدبا استفاده از محلول هندراب (الکلی)نصب

شده در سالن عمومی بخش ها و اتاق ها دست های خود را

با محلول هندراب ضدعفونی نمایید.

مزایای استفاده از محلول ضدعفونی (هندراب):

نیاز به زمان کمتر وبه آسانی قابل دسترس است

سریعتر عمل می کند.

از بین برنده فوق العده ویروس وباکتری وقارچ ها می

باشدوحساسیت وآسیب پوستی کمتری ایجاد می کند.

چند نکته:

برای رعایت بهداشت دست به صورت همزمان از محلول

هندراب وصابون استفاده نکنید.

با توجه به اینکه دست خیس به سهولت آلودگی و

میکروارگانسیم ها را گسترش می دهد خشک کردن دست

ها با دستمال بسیار مهم است.

به هیچ وجه دستکش جایگزین شست وشوی دست با آب

وصابون یا ضدعفونی با محلول های هندراب نمی باشد.

ناخن بلند ولاک موجب گسترش عفونت می شود.



وب سایت : nevirizhp.sums.ac.ir
شماره تماس : ۵۲۴۳۰۱۱۰۲
پورتفار : ۵۲۴۳۰۱۱۴

با استفاده از نرم افزار بارکد خوان از طریق تلفن همراه می
توانید فایل متنی پمفلت را دانلود نمایید.