



# کتابچه ایمنی و سلامت شغلی ( اختصاصی بخشهای بستری )

مرکز آموزشی ، پژوهشی و درمانی طالقانی

دفتر بهبود کیفیت و واحد بهداشت محیط

پاییز ۱۳۹۱



# مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی طالقانی

## مقدمه :

بیمارستان به مملی اطلاق می گردد که برای درمان و استراحت بیماران آماده شده و افرادی که احتیاج به نظارت دائمی پزشک و سایر مراقبت های بهداشتی و درمانی دارند در آن بستری می شوند تا سلامت خود را بازیافته و به اجتماع برگردند .

اگر اقدامات درمانی توأم با سالم سازی و بهداشت محیط بیمارستان نباشد ، با توجه به شرایط موجود در بیمارستان و وجود عوامل مختلف بیماریزا ، موجبات انتقال عفونت های بیمارستانی مهیا خواهد شد .

بیمارستان هایی که وضع بهداشتی مناسب ندارند بازده و نتیجه کار پزشکان ، جراحان و سایر افرادی که به بیمارستان سرویس می دهند مفید نخواهد بود و موجبات انتقال بیماری از داخل به خارج بیمارستان را فراهم می کند .



# مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی طالقانی

## شرایط بهداشتی بخش‌ها بر اساس آیین نامه تاسیس بیمارستانها

### شرایط ساختمانی :

- مسامت کلی بخش شامل اتاق بیمار، توالت و دستشویی، آبدارخانه، ایستگاه پرستاری و ... بطور متوسط به ازاء هر تفت مدود ۱۳/۵ تا ۱۴/۵ مترمربع می باشد.
- مسامت هر اتاق یک تفتی حداقل ۱۰ مترمربع و از ۲ تفتی تا ۶ تفتی برای هر تفت حداقل ۸ مترمربع مسامت در نظر گرفته می شود.
- کف کلیه قسمت‌ها بایستی سالم، قابل شستشو و غیرقابل نفوذ به آب و بدون ترک خوردگی باشد. ممل اتصال دیوار و کف بصورت بدون زاویه بوده تا نظافت برامتی انجام پذیرد.
- دیوار کلیه قسمت‌ها بایستی سالم، فاقد شکستگی و ترک خوردگی، تمیز و به رنگ روشن بوده و تا ۱ متر قابل شستشو باشد.
- سقف در کلیه قسمت‌ها با یستی سالم، صاف بدون ترک خوردگی و به رنگ روشن آ میزی شده و همیشه تمیز باشد.
- توالت، دستشویی و حمام‌ها با یستی دارای شرایط بهداشتی از نظر وضعیت کف و دیوارها و سقف (کف محوطه توالت و دستشویی و حمام موزائیک یا سنگ یا کاشی مخصوص و یا پوشش‌های مشابه و دیوارها تا سقف کاشی کاری و سقف حمام قابل شستشو باشد) بوده و نیز سرویس‌های بهداشتی بطور مرتب شستشو و گندزدایی شده و مجهز به آب گرم و سرد، تهویه، فلاش تانک و جا صابون مایع باشد.
- تعداد توالت‌ها برای اتاق‌های بستری عمومی به ازاء هر ۶ تفت یک عدد و تعداد حمام‌ها به ازاء هر ۱۰ تفت یک عدد بایستی پیش بینی شود.
- در اتاق‌های بیش از دو تفت نصب دستشویی با اطراف کاشی کاری شده به ابعاد یک متر در یک متر و اتصال فاضلاب آن به سیستم فاضلاب بیمارستان ضروری است.
- نصب دستگیره جهت استفاده بیمار از توالت الزامی است.
- کلیه پنجره‌های باز شو اتاق بایستی مجهز به توری سیمی ضد زنگ باشد.



# مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی طالقانی

- میزان نور طبیعی و مصنوعی در اتاق های بستری بیمار باید مناسب باشد .
- کلیه تفتخوابها سالم و یا رنگ آمیزی شده باشد.
- 
- کلیه و سایل تفت بیمار از قبیل تشک ، پتو ، بالش ، ملحفه ها و روتختی با ید بطور مرتب تعویض گردد ، به نحوی که پیوسته سالم ، تمیز و عاری از آلودگی باشد.
- کلیه پنجره های مشرف به فیابان های پرسروصدا باید دارای شیشه دو جداره باشد .
- میز مخصوص غذا و کمد های کنار تفت با یتی سالم و رنگ آمیزی شده و تمیز باشد و فاقد گوشه های تیز باشند .
- به منظور ایجاد مرارت و برودت لازم در اتاق ها ترجیحاً با یتی از سیستم تهویه مطبوع استفاده و در غیر این صورت حداقل از سیستم مرارت مرکزی ( شوفاژ ) و کولر استفاده شود.
- تهویه کلیه اتاق ها می بایست به نحو مناسب و بهداشتی انجام شود .

## وسایل نظافت لازم :

- تی با رنگهای مشفص ( آبی ، زرد و سبز )
- جارو و آبگیر با رنگ مشفص
- دستمال تنظیف ( رنگ زرد جهت سطوح بیمار و رنگ سفید جهت مملهای تمیز )
- ضد عفونی کننده مناسب ( قرص کلر - وایتکس با غلظت مشفص )
- پودر ( رنشا )
- جرم بر
- شیشه پاک کن
- وسایل حفاظت فردی ( دستکش و ماسک )





## نکات لازم که کلیه پرسنل خدمات و کمکی باید بدانند:

جهت انجام عمل نظافت در بخشها ( نظافت بیمار و خدمات ) دستور العملهایی در کتابچه موجود است که باید پرسنل جهت ایمنی خود و بیماران بخشها مطابق دستور العمل مذکور انجام وظیفه نمایند. ( به انتهای جزوه مراجعه شود)

- کف کلیه اتاق ها و راهروها در بخش ها با یدیستی بطور مرتب نظافت و در صورت نیاز با مملول مناسب ضد عفونی گردد.
- اتاق ها و کلیه وسایل و تجهیزات موجود در آن بطور روزانه در هر شیفت نظافت گردد.
- کلیه توالت ها ، دستشویی ها و حمام های بخش ها با یدیستی بطور مرتب و روزانه تمیز و ضد عفونی گردد.
- علاوه بر گندزائی و ضد عفونی کف ، دیوارها و سرویس های بهداشتی ( سطوح خدماتی ) تفتخواب بیماران ، میز ، صندلی و سایر لوازم بستری در داخل اتاق بیماران با یدیستی بطور مرتب ضد عفونی و گندزایی شود .
- پشت پنجره اتاق بیمار از وسایل بیمار خالی شده و روزانه گردگیری شود.
- عدم نگهداری و انبار نمودن وسایل اسقاطی و مستعمل در گوشه و کنار و فضاهای خالی موجود در بخش. ( ممل های جمع آوری و انبار وسایل یاد شده می توانند ممل تجمع مشرات و پناهگاه چونندگان و سایر جانوران موزی و حتی بروز مریق گردد)
- استفاده از تریلی و یا گاری چهار چرخه ، برانکارد و غیره در جهات غیر اختصاصی ممنوع می باشد.
- از کشیدن سیگار ، نشستن روی تخت بیمار ، بوسیدن و دست دادن با وی ، آوردن مواد غذایی اضافی خودداری شود.
- از نگهداری مواد غذایی در یخچال دارویی بخش جلوگیری به عمل آید.



# مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی طالقانی

- از نگهداری باقیمانده غذا و نایلون مشکلی در یفخال بیماران جلوگیری شود.
- از قرار دادن گلدان های فاکدارو گل طبیعی در بخش و اتاق ها خودداری شود.
- باقیمانده نان و غذای بیماران باید روزانه همراه با زباله معمولی از بخش خارج شود.
- داخل کابینت ها به طور مرتب نظافت و از پهن کردن روزنامه داخل آنها خودداری شود.
- جهت شستن سرویس های بهداشتی و جمع آوری زباله از دستکش مشکلی و جهت شستشوی ظروف در آبدارخانه از دستکش رنگی استفاده شود.
- کلیه وسایل مصرفی و تمویلی از انبار قبل از ورود به بخش از کارتن خالی شود و به هیچ وجه کارتن در بخش ها نگهداری نگردد.
- کارکنان خدمات مق انجام کارهای متفرقه و بعضاً پزشکی مانند تزریقات ، وصل و کشیدن سرم بیماران و ... متی در صورت کمبود نیرو را ندارند .
- از دست زدن به نقاط تمیز مثل تلفن ، استیشن، داخل یفخالها و .... با دستکش آلوده اکیدا خودداری گردد، چون باعث انتقال بیماری در سایر پرسنل میشود.
- جارو و تی های نظافت در پایان کار در تی شورخانه شستشو و به منظور آب گیری و فشک شدن در ممل اویز شود.
- استفاده از یک تی نظافت در تمیز کردن و نظافت قسمت های مختلف ( سالن بخش ، اتاق بیمار ، ممل استقرار پرسنل و پرستاری و ... اکیدا ممنوع و مخاطره آمیز می باشد.
- از قرار دادن لگن ، لوله ادرا ، تشت و ... در کف سرویس های بهداشتی و روی زمین یا زیر تفت بیمار ، زیر دستشویی و ... جداً پرهیز نمایید در غیر این صورت این عمل می تواند آلودگی و عفونت را به تفت بیماران بستری شده انتقال دهد . وسایل فوق الذکر بایستی پس از شستشو گندزدایی گردیده و در قفسه ای مخصوص این کار نگهداری گردند .
- وسایل نظیف در کمد یا قفسه نگهداری شود ( ارتفاع از کف اتاق حداقل ۱۵ سانتیمتر )
- کلیه اتاق های بستری می بایست دارای زباله دان دردار ، قابل شستشو ، ضد زنگ و مجهز به کیسه زباله بوده و مرتباً زباله ها تخلیه و زباله دان ها شستشو و ضد عفونی شود .
- انجام عمل بازیافت از زباله بخش به هر شکلی ممنوع می باشد .



# مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی طالقانی

- از دست زدن به زباله بدون رعایت احتیاطات استاندارد ( دستکش کار مناسب و ماسک ) اکیداً فوهداری گردد .
- در صورت مشاهده اجسام تیز و برنده ( سر سوزن ، تیغ جراحی ) در داخل زباله دان نصب شده در اتاق بیماران ابتدا موضوع را به پرستار بخش یا جانشین وی اطلاع داده و در صورت عدم توجه ، به کارشناس بهداشت و کنترل عفونت کتباً یا شفاهاً اطلاع داده شود .
- مواد شوینده ، سفید کننده ، گندزداها و ضدعفونی کننده ها بایستی در محل مناسب و دارای تهویه اصولی نگهداری گردند . از نگهداری این مواد به صورت در هم و یا غیر اصولی جداً پرهیز شود . زیرا در صورت نگهداری غیر اصولی مواد شیمیایی و ملالها و ... در شرایط غیر قابل قبول می تواند عامل انفجار یا آتش سوزی یا ایجاد گازهای فطرناک در محیط انبار شوند .
- مکانی مجزا برای نگهداری ملمفه های آلوده در هر بخش بایستی مدنظر قرار گرفته و از نگهداری بین در توالت ها جداً فوهداری شود .



# مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی طالقانی

ردیف	عنوان	دستور العمل
۱	تفکیک، جمع آوری و دفع زباله در بخشها	<p><b>در جمع آوری و حمل و نقل و تخلیه زباله بایستی نکات ایمنی و حفاظتی ذیل رعایت گردد:</b></p> <p>زباله های عفونی شامل تروس سرم، سوند، درن، پانسمان و هرگونه زباله آغشته به خون و ترشحات بیمار، در کیسه زباله زرد جمع آوری می شود.</p> <p>زباله های غیرعفونی شامل زباله های تولیدی اتاق بیمار، راهروها، ایستگاه پرستاری و... که در کیسه زباله آبی جمع آوری می شود.</p> <p>در پایان هر شیفت پرسنل خدمات موظف به نصب برچسب مشخصات زباله بر روی تمامی زباله ها می باشند.</p> <p>در صورت مشاهده اجسام تیز و برنده (سر سوزن، تیغ جراحی) در داخل زباله دان نصب شده در اتاق بیماران ابتدا موضوع را به پرستار بخش یا جانشین وی اطلاع داده و در صورت عدم توجه، به مدیر بخش اورژانس یا کارشناس بهداشت و کنترل عفونت کتباً یا شفاهاً اطلاع داده شود.</p> <p>انجام عمل بازیافت از زباله بخش به هر شکلی ممنوع می باشد.</p> <p>از دست زدن به زباله بدون رعایت احتیاطات استاندارد (دستکش کار ماسک و مناسب) اکیداً خودداری گردد.</p>
۲	نظافت ترالی پانسمان و دارو	<p>قبل از انجام کار و پایان هر شیفت کاری بایستی روی ترالی با (الکل 70%، دکونکس ویا وایتکس رقیق شده ۲ درصد) ضد عفونی شود</p> <p>اگر آلودگی روی ترالی باشد ابتدا آن را پاک کرده و سپس ضد عفونی شود.</p> <p>دقت شود پایه و چرخ های ترالی باید روزانه با دستمال جداگانه تمیز شود.</p> <p>از نگهداری ترالی پانسمان در راهروهای عمومی جدا " خودداری شود</p>





# مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی طالقانی

<p><b>رعایت این نکات جهت پیشگیری الزامی است :</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>۱- جهت شکستن ویالهای دارویی از تیغ اره استفاده نمایید.</li><li>۲- پس از تزریق از گزاردن در پوش سر سوزن اکیدا " خودداری نمایید..</li><li>۳- از حمل وسایل تیز و برنده یا سرسوزن در دست یا جیب ، خودداری نمایید.</li></ol> <p><b>کمکهای اولیه فوری پس از تماس در کارکنان :</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>۱- شستشوی محل با آب و صابون</li><li>۲- کمک به خونروی از محل اولیه زخم</li><li>۳- گزارش فوری سانحه به سوپر وایزر بالینی</li></ol> <p><b>در هنگام پاشیده شدن خون و ترشحات بدن به داخل چشم :</b></p> <p>شستشوی چشم از قسمت تمیز به کثیف ( از گوشه چشم، به سمت بینی و به سمت گوش ( چشم رازیر شیر آب گرفته و به مدت ۱۰ دقیقه کاملا" چشم را شستشو می دهیم و سپس به مقام مافوق اطلاع می دهیم .</p>	<p><b>مواجهه با نیدل استیک</b></p>	<p>۳</p>
<p><b>در صورت مواجهه شغلی موارد ذیل پیگیری شود :</b></p> <p>گزارش تاریخ و زمان تماس گزارش نوع ماده و شدت تماس گزارش راه تماس</p> <p>انجام آزمایشات HBSab -- HCVab -- HIV در فرد تماس یافته انجام آزمایشات HBSag—HCVag—HIVag از فرد منبع</p>	<p><b>ارزیابی پرسنل بدنبال تماس شغلی</b></p>	<p>۴</p>
<p><b>در هنگام جمع آوری ملحفه بیمار رعایت نکات ذیل الزامی است :</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>۱- وسایل حفاظت فردی مانند ( ماسک و دستکش ) استفاده شود.</li><li>۲- با آرامش و بدون از شتاب زدگی ، ملحفه بیمار جمع آوری گردد. ( دقت شود وسایل خارجی همراه ملحفه جمع آوری نگردد)</li><li>۳- از قرار دادن ملحفه کثیف بر روی میز، لاکر و روی زمین خودداری کنید.</li><li>۴- لتر کثیف پس از جمع آوری در پلاستیک آبی و الصاق برچسب مشخصات در بین مخصوص البسه کثیف قرار گرفته و توسط پرسنل خدمات به لثری منتقل گردد .</li><li>۵- ملحفه های آلوده به خون و سایر ترشحات و مواد دفعی در داخل کیسه زرد نگهداری و به لثری منتقل گردد.</li><li>۶- دریافت البسه تمیز با شمارش و ثبت در دفتر لتر توسط بین مخصوص ملحفه تمیز انجام گیرد.</li></ol>	<p><b>جمع آوری البسه کثیف در بخش</b></p>	<p>۵</p>



<p>۱- روی خون دستمال جاذب می اندازیم</p> <p>۲- روی دستمال وایتکس ۱۰ درصد ریخته و به مدت ۱۰ دقیقه صبر می کنیم</p> <p>۳- دستمال ها را برداشته و محیط آلوده را با تمیز می کنیم</p> <p>۴- با دستمال مرطوب کف ها را پاک می کنیم</p> <p>۵- با وایتکس ۲ درصد محیط ( محل ) تی زده می شود .</p>	<p>جمع آوری خون از زمین یا تخت یا لاکر بیمار</p>	<p>۶</p>
<p><b>هدف از انجام نظافت اتاق بیمار :</b></p> <p>اطمینان از عدم وجود گرد و غبار و میکروارگانیسمهای بیماریزا بر روی تمام سطوح اتاق بیمار می باشد .</p> <p><b>در هنگام نظافت اتاق بیمار به موارد ذیل توجه فرمایید:</b></p> <p>۱- نظافت اتاق بیمار باید روزانه در هر شیفت انجام گیرد.</p> <p>۲- تهیه محلول ضد عفونی کننده با رقت مناسب قبل از وارد شدن به اتاق بیمار</p> <p>۳- استفاده از تجهیزات حفاظت فردی شامل : دستکش مناسب ، ماسک و ...</p> <p>۴- گرد گیری توسط دستمال نظافت مرطوب شامل : دیوارها ، درها ، پنجره ها ، پشت پنجره ها و قفسه ها</p> <p>۵- نظافت ضد عفونی سرویسهای بهداشتی ، حمام و سینک دستشویی اتاق بیمار</p> <p>۶- ضد عفونی مناطق قابل لمس توسط بیمار مانند : قاب تخت ، میز کنار تخت</p> <p>میز غذا خوری ، شیرهای آب ، دستگیره درها ، کلید و پرز</p> <p>۷- تعویض ملحفه و ضد عفونی تشک بیمار</p> <p>۸- نظافت و ضد عفونی کف اتاق از سمت انتهای اتاق به طرف درب خروجی توسط تی مخصوص تخلیه سطل زباله و ضد عفونی درب و اطراف آن</p>	<p>نظافت اتاق بیمار</p>	<p>۷</p>
<p><b>رعایت موارد ذیل در نظافت محلهای تمیز و آلوده ضروری است:</b></p> <p>استفاده از یک تی نظافت در تمیز کردن و نظافت قسمت های مختلف ( سالن بخش ، اتاق بیمار ، محل استقرار پرسنل و پرستاری و .... اکیدا ممنوع و مخاطره آمیز می باشد .</p> <p>۱- تی و جاروی محیط تمیز بخش ( آبدارخانه ، اتاق استراحت و استیشن) جدا و به رنگ سبز می باشد .</p>	<p>نظافت محیط تمیز و کثیف</p>	<p>۸</p>



# مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی طالقانی

<p>۲- تی و جاروی اتاق بیمار و راهرو بخش جدا و به رنگ آبی می باشد .</p> <p>۳- تی و جاروی اتاق ایزوله جدا و به رنگ زرد می باشد.</p> <p>۴- دستمال تنظیف محلهای تمیز از سایر نقاط جدا باشد.</p> <p>۵- پرسنل همراه دستکش کار به محلهای تمیز وارد نشوند.</p> <p>۶- جارو و تی های نظافت در پایان کار در تی شورخانه شستشو و به منظور آب گیری و خشک شدن در محل اویز شود.</p>		
<p>کف کلیه اتاقها و راهروها، روزانه و در هر شیفت کاری نظافت و در صورت نیاز با هیپوکلریت سدیم (آب ژاول یا وایتکس) و یا محلول ژاول پارت ( قرص کلر ) ضدعفونی گردد .</p>	<p><b>نظافت کف بخشها</b></p>	<p>۹</p>
<p>در صورتیکه این سطوح تمیز ،صاف، خشک و سالم باشند. احتمال خطر عفونت بسیار پایین می باشد .</p> <p>جهت جلوگیری از آلودگی و کثیفی ظاهری بایستی در فواصل منظم و در حد کافی صورت گیرد تا خاک و لکه بر روی آنها مشاهده نشود .فاصله زمانی مطلوب بایستی توسط مسئول بخش برنامه ریزی گردد.</p> <p>گندزدایی این قسمتها مورد نیاز نمی باشد مگر در صورت مشاهده آلودگی شناخته شده (خون ،ادرار یا مایع آلوده کننده) که باید پاک شود.</p> <p>در زمان پاک کردن دیوارها سطوح آنها باید حتی المقدور خشک نگه داشته شود.</p>	<p><b>نظافت دیوار و سقف</b></p>	<p>۱۰</p>
<p>قفسه ها و طاقچه ها و دربها باید به طور مرتب با دستمال مرطوب گردگیری و اگر گرد و خاک روی آن تجمع می یابد لازم است مدت زمان نظافت نزدیکتر شود.</p> <p>توجه : نیازی به گندزدایی این سطوح نمی باشد مگر با مایعات عفونی بدن و سایر مواد بالقوه عفونی آلوده شده باشند.</p> <p>نکته : دستگیره دربها در هر شیفت باید ضدفونی شود.</p>	<p><b>نظافت قفسه ها و طاقچه ها و دربها</b></p>	<p>۱۱</p>



# مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی طالقانی

۱۲	<b>نظافت وسایل اتاق بیمار</b>	روی کمد ها ، بدنه تختها ، میز غذا خوری اتاق بیمار، باید روزانه با یک محلول گندزدا با رقت مناسب ضد عفونی گردد . از دستمال نظیف مناسب استفاده شود.
۱۳	<b>نظافت حمامها و سینک اتاق بیمار</b>	حمام ها و محل شستشوی دست ها باید در هر شیفت توسط پرسنل خدمات تمیز گردد . استفاده از مواد دترجنت (صابون) برای نظافت روتین کافیتست. در مواردی که بیمار عفونی استحمام کرده یا بیمار مبتلا به ارگانیسهای مقاوم و یا ارگانیسهای مشکل زا باشد، بایستی از ماده ضدعفونی کننده استفاده شود . ضدعفونی نمودن، قبل از استحمام بیماران با زخم باز نیز لازم می باشد. ماده ضدعفونی مناسب همان وایتکس ۲% می باشد. جهت نظافت حمامها و سینکها بایستی از برس های نایلونی و آبگیر لاستیکی استفاده شود
۱۴	<b>استفاده از دستمال تنظیف</b>	در صورتیکه پارچه های چند بار مصرف برای نظافت استفاده می شوند ، پارچه ها بایستی پس از هر بار استفاده شسته شده ( ترجیحاً توسط ماشینهای شستشو که دارای سیکل ضد عفونی باشند شستشو داده شده ) و سپس خشک گردند. استفاده از پارچه های مختلف برای محل های تمیز و آلوده ضروری میباشد و استفاده از پارچه ها با رنگهای مختلف این جدا سازی را کاملاً آسان نموده است.
۱۵	<b>شستشوی لوله و لگن</b>	لگنها بایستی پس از استفاده شسته شده و در ماشین شستشوی لگن شسته شود. در صورت خرابی یا عدم وجود دستگاه لگن شور در بخش به صورت جایگزین می توان از محلول آب ژاول ( وایتکس ) با رقت ۱% استفاده نمود . نحوه شستشو : ابتدا لگن با آب معمولی شسته شده، سپس به مدت ۱۰ دقیقه در محلول آب ژاول ( وایتکس ) ۱% قرار داده شده و دوباره با آب شستشو گردد .
۱۶	<b>استفاده از تی نظیف</b>	نخ تی باید بصورت خشک و در محل مناسب نگهداری شود . تی ها باید همیشه آویزان باشند و در صورت امکان در هوای آزاد خشک شوند. خشک نمودن وسایل تمیز کننده زمین لازم بوده زیرا براحتی با باسیل های گرم منفی آلوده می شوند و آلودگی بصورت موقت به سطح زمین منتقل می شود. نخ تی هر ۱۵ روز یکبار باید تعویض شوند. تی های استفاده شده بایستی بعد از هر بار استفاده کاملاً شسته و ضدعفونی گردد.



# مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی طالقانی

از قراردادن تی ها بصورت مرطوب روی زمین اکیدا خودداری شود		
در پایان هر شیفت کاری دریاها و بدنه سطلها با وایتکس ۲ درصد ضدعفونی شود . روزانه بایستی سطلهای زباله با آب داغ و دتر جنت(مواد پاک کننده ) شستشو شود و به صورت وارونه نگهداری و سپس کیسه زباله جدید با رنگ مناسب کشیده شود.	<b>نظافت سطلهای زباله</b>	۱۷
انبارها باید هر هفته با دستمال مرطوب گردگیری شود . اجسام سنگین بروی طبقات پایین قرار داده شده و از چیدن وسایل تا نزدیک لامپ موجود در انبارممانعت به عمل آید و همچنین از گذاشتن کارتن در انبار جدا خودداری شود.	<b>نظافت انبارها</b>	۱۸
بعد از اتمام مایع ، ظرف با آب و دترجنت شسته شده و مجدداً با مایع پر شود . از ریختن مایع قبل از خالی شدن جامیع به علت انتشار آلودگی جدا" خودداری شود. در صورتیکه در زمان ۱۴ روز ظرف حاوی مایع تخلیه نشد ، مایع به روش فوق تعویض گردد.	<b>نظافت جامیع صابون</b>	۱۹
محلولهای ضد عفونی کننده در محل مناسب نگهداری شود. با توجه به دستورالعمل ضد عفونی کننده ها ، رقت و حجم مناسب از محلول ضدعفونی کننده را آماده نمایید. محلولهای رقیق شده پس از آماده شدن ، بایستی درب آن بسته باشد. روی ظرف نام محلول و تاریخ رقیق شدن حتما" درج شود. حتما" برروی زمان ماندگاری محلولهای آماده دقت لازم انجام گیرد.	<b>نگهداری و آماده سازی محلولهای ضدعفونی کننده</b>	۲۰
کلیه سرسوزنها ، تیغ و اجسام نوک تیز در سفتی باکس دفع گردد پس از پر شدن ۲/۳ سفتی باکس اقدام به تعویض آن نمایید. پس از پر شدن سفتی باکس ، درب آن بسته و در پلاستیک زرد دفع گردد. توجه : از انداختن سر سوزن داخل سطلهای زباله جدا" خودداری شود.	<b>جمع آوری سفتی باکس</b>	۲۱



# مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی طالقانی

ترشحات ساکشن باید در توالی به‌مجهز به فلاش تانک تخلیه گردد. سپس ظرف ساکشن با آب شستشو داده شود و سپس با محلول آب ژاول ( وایتکس ) با رقت ۲٪ ضد عفونی شده و خشک نگهداری شود	<b>نظافت و ضد عفونی ساکشنها</b>	۲۲
مخزن آب مقطر کیسولها باید در زمان استفاده از آب تا ۱/۳ پر شوند . پس از اتمام استفاده باید مخزن از آب تخلیه گردد . سپس با آب و دترجنت شسته شده و توسط محلول وایتکس ۲٪ ضد عفونی گردد.	<b>نظافت مخزن آب مقطر کیسولهای اکسیژن</b>	۲۳
ابتدا با آب و دترجنت شستشو داده شده تا آلودگی های ظاهری پاک گردد سپس به مدت ۱۵ دقیقه ر محلول وایتکس ۲٪ غوطه ور شده و پس از اتمام مدت ذکر شده مجدداً با آب فراوان شسته شده و به صورت خشک نگهداری شود	<b>ضد عفونی آمبوگ</b>	۲۴
۱- برای گندزدایی این وسیله ابتدا چراغ قوه را خارج می کنیم ترشحات از روی چراغ تمیز می شود و سپس بایک دستمال حاوی محلول کف کننده آن را پاک می کنیم .با دستمال مرطوب کف ها را پاک کرده سپس با الکل ۷۰ درجه آن را گندزدایی می کنیم. ۲- قسمت تیغه لارنگوسکوپ را ابتدا با برس کشی زیر شیر آب گرفته و کاملاً از ترشحات آلوده پاک می کنیم پس از آن با یک ماده کف کننده تمام زوایا شسته می شود و بعد از آبکشی آن را در محلول دکونکس ۵۴ اسپورساید یا ( محلول گندزدا با درجه گندزدایی بالا) به مدت ۱۰ دقیقه غوطه ور می کنیم و پس از آن با آب شستشو داده شود.	<b>نظافت و ضد عفونی لارنگوسکوپ</b>	۲۵
به منظور گندزدایی کف سالنها و اتاق بیماران از قرص کلر استفاده شود. یک قرص کلر در ۱۰ لیتر آب استفاده می گردد . این محلول باید روزانه تهیه و مصرف شود.	<b>استفاده از قرص کلر</b>	۲۶



# مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی طالقانی

<p><b>برای ضد عفونی ابزار و وسایل پانسمان به صورت ذیل استفاده می شود:</b></p> <p>روش استفاده : ۲۰ سی سی از محلول را در یک لیتر آب ریخته و وسایل را در محلول گذاشته و پس از ۱۵ دقیقه آبکشی کرده و سپس خشک شده و به جهت استریل شدن ارسال گردد.</p> <p>محلول باید در ظرف کاملاً سربسته و در مکان خشک و دور از آفتاب نگهداری شود.</p> <p>محلول رقیق شده تا ۱۴ روز قابل استفاده می باشد و چنانچه در محلول نشانه های بارز آلودگی وجود داشته باشد باید بلافاصله تعویض گردد</p>	<p>استفاده از محلول دکونکس ۵۳ پلاس</p>	<p>۲۷</p>												
<p><b>جهت ضد عفونی سطوح در تماس با بیمار مانند تخت ، تریلی ، پایه سرم و.. استفاده میشود</b></p> <p>روش استفاده : ۲۰ سی سی از محلول را در یک لیتر آب حل کرده و توسط آب پاش به محل اسپری کرده و با دستمال تمیز پاک شود.</p> <p>این محلول باید روزانه تهیه و مصرف شود.</p>	<p>استفاده از محلول دکونکس ۵۰af</p>	<p>۲۸</p>												
<table border="1"> <thead> <tr> <th>نحوه آماده سازی</th> <th>رقت مورد نیاز</th> <th>موارد استفاده</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>( ۲۰ سی سی در یک لیتر آب )</td> <td>%۲</td> <td>کف سالنها و اتاق بیماران</td> </tr> <tr> <td>( ۱۰۰ سی سی در یک لیتر آب )</td> <td>%۱۰</td> <td>سرویسهای بهداشتی</td> </tr> <tr> <td>( ۱۰۰ سی سی در یک لیتر آب )</td> <td>%۱۰</td> <td>ترشحات و لکه خون</td> </tr> </tbody> </table>	نحوه آماده سازی	رقت مورد نیاز	موارد استفاده	( ۲۰ سی سی در یک لیتر آب )	%۲	کف سالنها و اتاق بیماران	( ۱۰۰ سی سی در یک لیتر آب )	%۱۰	سرویسهای بهداشتی	( ۱۰۰ سی سی در یک لیتر آب )	%۱۰	ترشحات و لکه خون	<p>استفاده از محلول آب ژاول ( وایتکس )</p>	<p>۲۹</p>
نحوه آماده سازی	رقت مورد نیاز	موارد استفاده												
( ۲۰ سی سی در یک لیتر آب )	%۲	کف سالنها و اتاق بیماران												
( ۱۰۰ سی سی در یک لیتر آب )	%۱۰	سرویسهای بهداشتی												
( ۱۰۰ سی سی در یک لیتر آب )	%۱۰	ترشحات و لکه خون												
<p><b>نکات ایمنی هنگام کار با سیلندر های گاز :</b></p> <p>سیلندرهای گاز فشرده خطرات بالقوه می باشند چون دارای پتانسیل صدمات همزمان شیمیایی و مکانیکی میباشند.</p> <p>کپسول گاز را نباید رها یا پرتاب کرد.</p>	<p>ایمنی سیلندرهای اکسیژن</p>	<p>۳۰</p>												



# مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی طالقانی

<p>باید در محل خود کاملاً فیکس گردد</p> <p>باید از حرارت و نور مستقیم خورشید دور نگهداری شود.</p> <p>باید در تمام زمانها طوری نگهداری شود که شیر سیلندر قابل دسترسی باشد</p> <p>شیر اصلی گاز هنگام عدم کار با دستگاه متعلقه بسته شود.</p> <p>نباید بادستان روغنی و یا خیس به بدنه کیپسول تماس داشت.</p>		
<p>۱- ماسک ، دستکش ضخیم ، عینک و گان ضد آب بپوشید .</p> <p>۲- شستشو با آب سرد</p> <p>۳- شستشو با آب ولرم و مابون</p> <p>۴- واشینگ با ماده ضدعفونی کننده : ۲۰ سی سی از محلول دکونکس ۵۳ پلاس در یک لیتر آب به مدت ۱۵ دقیقه</p> <p>۵- آبکشی</p> <p>۶- خشک کردن و پکینگ</p>	<p><b>مراحل</b></p> <p><b>شستشو</b></p> <p><b>ضد عفونی</b></p> <p><b>وسایل</b></p> <p><b>پانسمان</b></p>	۳۱
<p>۱- ماسک را بگذارید</p> <p>۲- عینک محافظ یا محافظ صورت را بگذارید.</p> <p>۳- گان ضد آب بپوشید</p> <p>۴- دستکش بپوشید</p>	<p><b>اقدامات</b></p> <p><b>لازم هنگام</b></p> <p><b>ورود به اتاق</b></p> <p><b>ایزوله</b></p>	۳۲
<p>یخچال بیمار روزانه نظافت گردد. (از دستمال تنظیف جدا به این منظور استفاده شود)</p> <p>از نگهداری مواد غذایی داخل پلاستیک مشکی جلوگیری شود.</p> <p>از نگهداری باقیمانده غذا ی بیمار در یخچال خودداری شود.</p>	<p><b>نظافت</b></p> <p><b>یخچال</b></p>	۳۳





# مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی طالقانی

<p>مهمترین راه پیشگیری از عفونت در بیمارستان شستشوی صحیح و مرتب دستها می باشد.</p> <p><b>شستن دستها در موارد ذیل توصیه می گردد:</b></p> <p>بعد از تماس اتفاقی پوست با خون ، مایعات بدن یا بافتها قبل و بعد از تماس با بیمار ان بعد از اتمام کار و قبل از خروج از بخش بعد از درآوردن دستکشها قبل از خوردن ، آشامیدن و بعد از توالی رفتن</p>	<p><b>شستن دستها</b></p>	<p>۳۴</p>
<p>دستکشها نباید شسته و مجدداً مورد استفاده قرار گیرند.</p> <p>دستکشها را باید بعد از پوشیدن و قبل از کار از نظر نقایص مرئی بررسی نمود .</p> <p>جهت اهداف مختلف باید از دستکشهای متفاوت استفاده کرد :</p> <p>دستکشهای خانگی جهت تمیز نمودن ، شستن وسایل و ضد عفونی کردن استفاده می گردد.</p> <p>دستکشهای جراحی ( لاتکس ) در مواقع کار با خون مواد خطرناک و... استفاده می شود.</p> <p>دستکشهای پلاستیکی یکبار مصرف جهت مواقع ضروری استفاده می گردد.</p>	<p><b>استفاده از دستکش</b></p>	<p>۳۵</p>
<p>برای کلیه پرسنل در ابتدای استخدام پرونده بهداشتی تشکیل می شود.</p> <p>انجام واکسیناسیون بر علیه هپاتیت B ضروری می باشد.</p> <p>واکسیناسیون در ۳ نوبت ( ماه اول ، ماه دوم و ماه ششم ) انجام می شود.</p> <p>تیتتر هپاتیت بعد از ۳ ماه از آخرین دوز تزریق انجام شود.</p> <p>در صورتی که تیتتر بالاتر از ۱۰ باشد فرد واکسینه می باشد.</p> <p>جهت پرسنل خدمات کشت انگل سالیانه یکبار انجام شود.</p>	<p><b>تشکیل پرونده بهداشتی</b></p>	<p>۳۶</p>
<p>از وارد شدن به سلف سرویس همراه با روپوش کار خودداری فرمایید.</p> <p>قبل و بعد از خوردن غذا دستها را کاملاً بشویید.</p> <p>از خارج کردن سینی غذا از سلف سرویس خودداری فرمایید.</p> <p>هنگام کار در بخش حتی الامکان از خوردن و آشامیدن خودداری فرمایید.</p> <p>پرسنل آبدارچی بخش دارای کارت سلامت باشند. ( الصاق کارت بهداشت در آبدارخانه )</p>	<p><b>بهداشت مواد غذایی</b></p>	<p>۳۷</p>



# مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی طالقانی

لباس کار باید تمیز ، مرتب و از کیفیت مناسبی برخوردار باشد. لباس بیرونی در کمد مخصوص نگهداری شود . ( از قرار دادن در گوشه و کنار بخش خودداری شود) استفاده از زیور آلات و ناخن بلند و لاک ناخن و کفش های جلوباز در بخش ممنوع می باشد.	رعایت بهداشت فردی	۳۸
کپسول آتشنشانی را به محل حریق ببرید پلمپ را شکسته و ضامن دستگیره را بکشید نازل شیپوری را در فاصله یک متری از کانون آتش بگیرید و دستگیره را فشار دهید پایین ترین نقطه آتش را هدف بگیرید و به صورت جاروب کردن آتش را خاموش کنید	استفاده از کپسولهای آتشنشانی Co2	۳۹
عدم آلودگی کف به خون یا ترشحات بیمار ( نظافت و رفع آلودگی ظاهری ) : شستشو با آب و دترجنت ( پودر ) کافی است . کلیه وسایل قابل حمل مانند کپسول اکسیژن ، جعبه کمکهای اولیه و... را خارج کرده و ایستاقسمتهای تمیز و سپس قسمت‌های آلوده را شستشو دهید. آلودگی داخل به ترشحات و خون بیمار (کمتر از ۳۰۰ سی سی) : ۱- با دستمال تنظیف خون یا ترشحات را پاک کرده ۲- با آب و پودر محل را بشویید ۳- وایتکس با رقت ۲% ( ۱ به ۵۰ ) آماده کرده و کف و بدنه را ضد عفونی کنید ۴- آبکشی و خشک نمایید . آلودگی داخل به ترشحات و خون (بیشتر از ۳۰۰ سی سی) : ۱- پارچه تنظیف روی الودگی پهن شود. ۲- وایتکس ۱ به ۱۰ آماده کرده و روی محل ریخته و ۱۰ دقیقه صبر کنید. ۳- با پارچه تنظیف آنرا جمع کنید . ۴- محل را با آب و پودر بشویید ۵- محل را با وایتکس ۱ به ۵۰ ضد عفونی کنید. ۶- آبکشی و خشک نمایید شستشوی ساکشن : ۱- تخلیه ساکشن در فاضلاب دستشویی ۲- شستن مخزن با آب داغ و پودر	رفع آلودگی و ضدعفونی آمبولانس	۴۰



# مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی طالبانی

<p>۳- ضد عفونی با وایتکس ۱۰٪ یا ۱ به ۱۰ ۴- آبکشی و خشک کردن</p> <p><b>نظافت تجهیزات :</b></p> <p>۱- رفع الودگی ظاهری از روی وسایل ۲- شستشو با آب و پودر</p> <p>ضد عفونی با وایتکس ۲٪ یا الکل ۷۰٪ ویا محلول سولارسپت</p>		
<p>تختها و لاکر های بیماران را باید بعد از ترخیص هر بیمار با ماده دترجنت شسته و سپس خشک کنید. در مورد بیماران عفونی از یک گندزدا استفاده و سپس با یک دترجنت شسته و آب کشی و خشک کنید. در هنگام داشتن بیمار در تخت می توان با یک دستمال مرطوب به مواد ضد عفونی کننده تخت و لاکر را ضد عفونی کنید.</p>	<p><b>نظافت لاکر و تخت</b></p>	۴۱
<p>باید داخل روکش ( رویه ضد آب ) قرار گیرد و اگر احتمال آلودگی آنها با مایعات بدن بیمار می رود در داخل یک رویه ضد آب دیگر قرار گیرند. برای رفع آلودگی روکش ها استفاده از محلول دترجنت و خشک کردن آنها معمولا کافی است.</p>	<p><b>نظافت تشک و بالشها</b></p>	۴۲
<p>مناطق مرطوب، محیط مناسبی برای رشد و دوام باکتریها به شمار می آیند. عمل حذف واقعی آلودگی از طریق پاک کردن با دستمال یا برس زدن به همراه مواد شوینده و گندزدا انجام می شود. وسایل نظافت از جمله تی ها، جاروها و پارچه ها جهت کار برد در مناطق مختلف جدا باشند. محلولهای ضد عفونی کننده باید روزانه تهیه و مصرف شود.</p>	<p><b>نظافت سطوح خدماتی</b></p>	۴۳

## منابع :

- ۱- نمر و، آژاردی؛ کلیات بهداشت محیط سالواتو؛ ترجمه حسینی، شیرمردی، احمدی؛ نشر خانیران؛ چاپ اول ۱۳۹۰.
- ۳- نور دهر رکنی؛ اصول بهداشت مواد غذایی؛ نشر دانشگاه تهران - چاپ سوم. ۱۳۷۸.