

مطالعات نشان داده است که شستن دست ها با صابون می تواند مرگ و میر ناشی از اسهال را تقریباً تا ۵۰ درصد

و مرگ و میر حاصل از عفونت های حاد تنفسی را تا ۵۰ درصد کاهش دهد و جان کودکان را بیشتر از هر واکسن و اقدامات پزشکی دیگری نجات دهد.

براساس اعلام سازمان جهانی بهداشت اسهال هر ساله سبب مرگ ۲,۲ میلیون نفر می شود .

قربانیان را کودکان در کشورهای دارای درآمد پایین یا متوسط تشکیل می دهند.

میکروب های عامل اسهال در روده یافت می شوند و از طریق آلوده شدن دستها و آب به مدفوع، گسترش می یابند .

چندین تحقیق نشان داده است تشویق کودکان و بزرگسالان به شستشوی دست بعد از توالیت مفید است. اقدامی به سادگی شستن مرتب دست ها می تواند تاثیر بسیار زیاد و قابل توجهی در جلوگیری از ابتلا به سرماخوردگی و

آنفلوآنزا و سینه پهلوی در ماه های سرد زمستان داشته باشد. همچنین شستشوی بیشتر دست ها میتواند راهکاری برای کنترل عفونتهای پوستی ناشی از استافیلوکوک باشد.

روش درست شستن دست ها



گروه پزشکی شفا
بیمارستان و زایشگاه



شستشوی دست

منبع:

بیماری های عفونی



لطفا دست های خود را بشوید...

شناسنامه پروشور آموزشی

SH-HT-Pm-23

عنوان	شستشوی دست ها
تهیه کننده	س. مزارعی (سوپروایزر آموزش سلامت)
تایید کننده	دکتر حجتی-مسئول علمی بیمارستان
سال تهیه	بهار ۱۴۰۴

مراحل شستن دست ها :

برای شستن دست ، نیاز به ، آب جاری و گرم ، صابون و یا مواد ضد عفونی کننده و حوله کاغذی نیاز است و به شرح زیر باید عمل کرد:

۱-جواهرات و ساعت مچی را از دست وانگشتان خارج می نماییم .

۲-ناخن ها باید کوتاه بوده حتی الامکان

۳-سطح دستها و انگشتان از نظر بریدگی و خراش کنترل شود.

۴-جلو سینک ایستاده به نحوی که لباس ها و دستها با سینک تماس پیدا ننماید.

۵-شیر آب را باز کرده تا دستها شوند ، آب باید به اندازه کافی گرم باشد از پاشیدن آب به لباس باید اجتناب نمود

۶- ۳ سی سی از صابون مایع کف دست قرار دهید

۷-دستها با دقت به هم مالیده شود . شستن هر یک از انگشتان ، کف و پشت دست ها باید پنج بار انجام شده و دقت گردد که کلیه قسمت ها کاملاً شسته و تمیز شوند

(در صورتی که زیر ناخن ها کثیف باشد با ناخن های دست دیگر باید تمیز شود) . در بررسی انجام شده نوک انگشتان ، زیر ناخن و اطراف انگشت شست آلوده ترین قسمتها بعد از شستشو گزارش شده است.

توجه!!!!درانتهای مراحل شستشوی دست نباید شیر آب بسته شود و بایستی دقت گردد که صابون ر و ی دستها نماند . سپس با دستمال کاغذی به آرامی و به طور کامل دستها خشک شوند .

اگر همزمان که دستمال در دست فرد قرار دارد دستها به ی دیگر مالیده شوند به حذف باکتری های باقی مانده کمک میشود . سپس دستمال باید به طریق صحیح دفع شود شیر آب بایستی با حوله کاغذی خشک و بسته شود.

و خشک کردن دستها با دستگاه خشک کن باعث گردش مملو از باکتری می شود ، لذا بهتر است در شرایط عادی برای خشک کردن دست ها از حوله استفاده شود.