Thailand

การดูแลระยะยาว คุณ ฉัน และเขา

5 ข้อบ่งชี้การล้างมือ ของผู้ดูแลผู้ป่วยมี

1 ก่อนสัมผัสตัวผู้ป่วย

เช่น ก่อนจับมือ พยุงแขน ช่วยเหลือเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ก่อนทำความสะอาด ก่อนรับประทานอาหาร สวมใส่เสื้อผ้า บีบนวด ทำการวัดความดันหรือชีพจร ทำกายภาพบำบัด และพลิกตัว เป็นต้น

2 ทำความสะอาด/ก่อนทำเทคนิคปลอดเชื้อ

เช่น ดูแลช่องปาก ใส่ยาหยอดตา ดูดสิ่งคัดหลั่ง ดูแลผิวหนังผู้ป่วย ลางแผล ใส่สายยางทางจมูกถึงกระเพาะ ใส่สายสวนปัสสาวะ เป็นต้น

3 หลังเสี่ยงต่อการสัมผัสสารคัดหลั่งของผู้ป่วย

เช่น ใส่ยาหยอดตา หลังดูดสิ่งคัดหลั่ง ทำความสะอาดปัสสาวะ , อุจจาระ, สิ่งของที่อาเจียน จากการถอดสายยางทางจมูกถึงกระเพาะ ถอดสายสวนปัสสาวะ เป็นต้น

4 หลังสัมผัสผู้ป่วย

เช่น หลังจับมือ พยุงแขน ช่วยเหลือเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ทำความสะอาด หลังให้อาหาร สวมใส่เสื้อผ้า บีบนวด ทำการวัดความดันหรือชีพจร ทำกายภาพบำบัด และพลิกตัว เป็นต้น

5 หลังสัมผัสสิ่งแวดล้อม

เช่น หลังเปลี่ยนผ้าปูที่นอน หลังสัมผัสราวกั้นเตียง ทำความสะอาดโต๊ะที่อยู่ข้างเตียงผู้ป่วย เป็นต้น

ขั้นตอนการล้างมือที่ถูกต้อง

ทำให้มือเปียก 40-60 วินาที

ทำให้มือเปียกและใช้สบู่เหลวล้างมือ

ฝ่ามือถูกัน

ฝ่ามือถูหลังมือและหลังนิ้วมือ

ประกบฝ่ามือถูซอกนิ้ว

กำมือใช้หลังนิ้วมือถูกับฝ่ามือของอีกมือหนึ่ง

ถูนิ้วหัวแม่มือและง่ามมือโดยรอบด้วยฝ่ามือ

ปลายนิ้วมือถูขวางฝ่ามือของอีกมือหนึ่งหมุนไปมา

ล้างออกให้สะอาดด้วยน้ำ

ใช้กระดาษเช็ดมือให้แห้ง

เจลล้างมือชนิดไม่ใช้น้ำ 20-30 วินาที

ใช้หลังแขนหรือข้อศอกกดเจลล้างมือชนิดไม่ใช้น้ำออกมา2-3ml

ฝ่ามือถูกัน

ฝ่ามือถูหลังมือและหลังนิ้วมือ

ประกบฝ่ามือถูซอกนิ้ว

กำมือใช้หลังนิ้วมือถูกับฝ่ามือของอีกมือหนึ่ง

ถูนิ้วหัวแม่มือและง่ามมือโดยรอบด้วยฝ่ามือ

ปลายนิ้วมือถูขวางฝ่ามือของอีกมือหนึ่งหมุนไปมา

ถูมือไปมาจนกระทั่งแห้งไม่ต้องล้างน้ำหรือเช็ดกระดาษ

2017.03.10 版

衛生福利部疾病管制署 TAIWAN CDC
www.cdc.gov.tw
1922防疫達人
www.facebook.com/TWCDC
疫情通報及諮詢專線：1922
Taiwan CDC LINE@
社團法人台灣感染管制學會
www.nics.org.tw
廣告