



باسمه تعالی

دانشگاه علوم پزشکی شیراز
مرکز آموزشی درمانی ابن سینا

بروشور نکات بهداشتی- درمانی و پیشگیرانه
جهت بیماران و همراهان



تهیه کننده: طاهره زارع
پرستار کنترل عفونت
زیر نظر کمیته آموزشی بیمارستان
تیر ۱۳۹۵

قابل توجه بیماران و همراهان عزیز لطفا
در جهت رفاه و تامین سلامت خود و دیگران
،پیشنهاد می گردد نکات ذیل را رعایت
فرمائید. لطفا با رعایت این موارد ما را در فراهم
نمودن محیط ایمن و ارائه خدمات بهتر یاری
فرمائید.

رعایت بهداشت فردی



- ۱- سر و بدن خود را جهت جلوگیری از ایجاد بوی نا مطبوع به موقع شستشو دهید.
- ۲- از رها کردن شلنگ سرویس های بهداشتی روی زمین خود داری کنید و آن را به دیوار آویزان کنید.
- ۳- مو و ناخن های خود را کوتاه نگه دارید.
- ۴- از لوازم آرایشی - بهداشتی و وسایل شخصی اعم از حوله ،مسواک ،شانه ...متعلق به خود استفاده نمایید و هرگز این وسایل را در اختیار دیگران قرار ندهید.

۵- ظرف غذا را در هنگام صرف غذا روی میز بگذارید واز قرار دادن آن مستقیما بر روی تخت و کف بخش جدا خود داری کنید.

۶- از انداختن لباس ،ملحفه،پتو و بالش روی زمین خصوصا کف حمام و سرویس های بهداشتی اکیدا خود داری کنید.

۷- از یخچال برای نگهداری غذا استفاده کنید و هرگز باقیمانده غذا را در کمد بیمار نگهداری نکنید.

۸- به منظور بهبود هر چه سریعتر بیماری و جلوگیری از آلودگی هوا از کشیدن سیگار خوداری کنید.

شستن دستها



مهمترین عامل انتقال آلودگی و عفونتها از طریق دستها می باشد. شستن صحیح دستها می تواند از ابتلا به عفونتهای بیمارستانی پیشگیری کند و نیز به تسریع روند بهبود بیماری کمک می کند.

قبل از خوردن غذا، بعد از استفاده از سرویس های بهداشتی و بعد از تماس با اشیا مختلف دستها را با آب و صابون به طور کامل بشوئید.

تفکیک زباله ها



در بیمارستانها زباله های عفونی و عادی به طور جداگانه جمع آوری می گردد. سطل زباله با کیسه های زرد جهت زباله های عفونی می باشد.

زباله های عفونی شامل کلیه وسایل آغشته به خون و یا هر گونه ترشحات بدن بیمار است مانند: پانسمان، دستمال کاغذی، دستکش، ماسک و پوشک

سطل زباله با کیسه های آبی جهت زباله های عادی و غیر عفونی می باشد. مانند



باقیمانده غذا

جلد آرمیوه ها

لیوان و ظروف یک بار مصرف

در صورت مشاهده اجسام نوک تیز و برنده از دست زدن به آن اکیدا خود داری نموده و پرستار بخش را مطلع نمائید.

ایمنی

۱- از دادن هر گونه دارو به بیمار خوداری نمایید و هیچ دارویی را در اختیار بیمار قرار ندهید

۲- از تحویل موبایل، لباس شخصی و اشیا گرانقیمت به بیمار خود داری کنید.

۳- در صورتیکه بیمار شما از مواد مخدر و مشروبات الکلی استفاده می کند پزشک و پرستار را در جریان قرار دهید.

۴- به دلیل حفظ امنیت بیماران از آوردن هر گونه وسایل شیشه ای و فلزی (رانی، کمپوت، کنسرو، آرمیوه شیشه ای، تیغ و ژیلت، چنگال، و ظروف فلزی و شیشه ای، فندک، کبریت، داروی نظافت، مواد مخدر و مشروبات الکلی خود داری کنید.

۵- در صورتیکه بیمار شما مبتلا به بیماری دیگری غیر از مشکل فعلی می باشد واز داروی دیگری غیر از دارو هایی که در حال حاضر تجویز شده است استفاده می کند، پزشک و پرستار را در جریان قرار دهید.

از آوردن گل و گلدان های طبیعی و اطفال به محیط بیمارستان خود داری کنید.

۶- از تایید و رد حرفهای بیمار، دستکاری افکار وی، خندیدن و مسخره کردن وی خوداری کنید.

۷- با صدای آرام در بخش صحبت کنید تا باعث مزاحمت برای دیگران نشود.

با آرزوی بهبودی و سلامت برای بیماران عزیز

منابع: تجارب بیمارستان و سایت دانشگاه علوم پزشکی