



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی گلستان

دستورالعمل استفاده ایمن از وسایل حفاظت فردی در بیمارستان *PPE (personal protection)*

۱۳۹۵





استفاده ایمن از وسایل حفاظت فردی با توجه به نوع مراقبت

تاریخ تدوین:
تاریخ ابلاغ:
تاریخ آخرین بازنگری:
تاریخ بازنگری بعدی:
شماره ویرایش:

دامنه کاربرد

کلیه واحدهای درمانی، پاراکلینیکی، درمانگاه تخصصی، دفع پسماند و رختشویخانه

موارد ذیل توسط کلیه کارکنان درمانی (پزشکان، پرستاران، ماماها، تکنسین های بیهوشی و اتاق عمل، پرسنل خدماتی لازم الاجراء می باشد.

شیوه انجام کار (چه فعالیتی، در چه زمانی، در چه محلی و توسط چه کسی انجام شود)

- احتیاط تماسی (Contact P)
- برای جلوگیری از انتقال ارگانیسم های مهم از لحاظ همه گیرشناسی که مربوط به بیماران کلونیزه یا دچار عفونت بوده و از طریق تماس مستقیم (لمس کردن بیمار) یا تماس غیرمستقیم (تماس با اشیا و وسایل یا سطوح آلوده محیط بیمار) انتقال می یابند.

دستکش :

- تمام کارکنان هنگام مراقبت در مواجهه با ترشحات و مواد دفعی بدن بیمار، مایعات بدن بیمار، غشاهای مخاطی، پوست ناسالم، وسایل نوک تیز و وسایل آلوده می بایست از دستکش لاتکس با سایز مناسب استفاده کنند.
- از یک جفت دستکش تنها برای یک بیمار استفاده شود و از استفاده مشترک برای چند بیمار پرهیز شود.
- از شستشوی و ضدعفونی دستکش برای استفاده ی مجدد اجتناب شود.
- قبل و بعد از استفاده ی دستکش دست ها شسته شود.
- در طول استفاده از دستکش در صورت آلودگی زیاد یا پارگی، دستکش تعویض شود.
- در جراحی های طولانی و پرخطر دو جفت دستکش پوشیده شود.
- در طول مراقبت از بیمار با دستکش آلوده سایر سطوح محیطی و وسایل لمس نشود و از تردد با دستکش آلوده در سایر مکان ها جدا خودداری شود.
- اگر برای یک بیمار کارهای مختلف و اقدامات تهاجمی صورت می گیرد، دستکش ها باید در فواصل انجام این امور تعویض گردد.
- از نظر ترتیب پوشیدن، دستکش اولین وسیله ی حفاظت شخصی است که باید پوشیده شود و آخرین وسیله ای است که باید خارج شود.



استفاده ایمن از وسایل حفاظت فردی با توجه به نوع مراقبت

تاریخ تدوین:
تاریخ ابلاغ:
تاریخ آخرین بازنگری:
تاریخ بازنگری بعدی:
شماره ویرایش:

نحوه پوشیدن دستکش/استریل



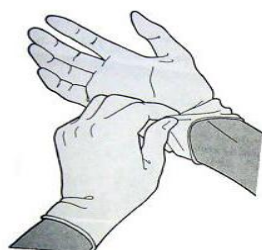


استفاده ایمن از وسایل حفاظت فردی با توجه به نوع مراقبت

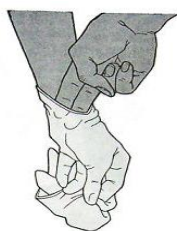
تاریخ تدوین:
تاریخ ابلاغ:
تاریخ آخرین بازنگری:
تاریخ بازنگری بعدی:
شماره ویرایش:

نحوه خارج کردن دستکش:

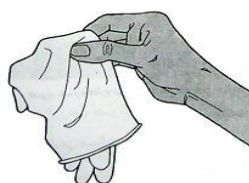
۱. با دست چپ لبه دستکش دست راست را گرفته به طوری که دستکش شما با مچ دست برخورد نکند آنرا از دست خارج کنید



۲. انگشتان دست راست را در داخل دستکش دست چپ فرو برده و آنرا به سمت بیرون خارج کنید..



۳. دستکش را از دست خارج نمائید و به شیوه صحیح دفع نمایند.



گان

- تمام کارکنان درمانی و خدماتی برای حفاظت از پوست و جلوگیری از آلوده شدن لباس طی انجام پروسیجرهایی که احتمال پاشیدن خون یا ترشحات وجود دارد باید از گان تمیز استفاده کنند.
- گان باید یا قابل شستشو یا یکبار مصرف باشد و با آستین بلند و مچ دار باشد.
- گان باید یقه بسته باشد (یقه هفت یا یقه باز نباشد).



استفاده ایمن از وسایل حفاظت فردی با توجه به نوع مراقبت

تاریخ تدوین:
تاریخ ابلاغ:
تاریخ آخرین بازنگری:
تاریخ بازنگری بعدی:
شماره ویرایش:

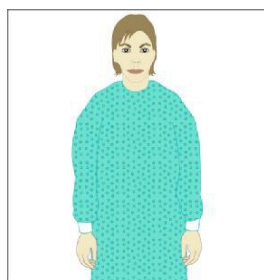
- در خونریزی های وسیع و ایزوله ها گان می بایست ضد آب باشد. در غیر این صورت باید پیش بند پلاستیکی روی آن پوشیده شود.
- در صورت آلودگی قابل مشاهده گان باید بلافاصله تعویض گردد.
- از یک گان فقط می توان برای مراقبت از یک بیمار استفاده کرد.

ترتیب پوشیدن:

پس از دستکش گان پوشیده شود و هنگام خارج کردن ، ابتدا گان و سپس دستکش خارج شود.

نحوه پوشیدن گان:

- بندهای گان در پشت بدن بسته شده و در صورت استفاده از دستکش آستین مچ زیر دستکش قرار گیرد



نحوه ی خارج کردن گان:

- گره ها را باز کنید.
- یک دست خود را به قسمت داخلی گان برده و آنرا از ناحیه شانه و گردن به پائین بکشید.
- در حین در آوردن گان آنرا وارونه کنید به نحوی که بخش داخلی آن رو به خارج قرار گیرد.
- گان خارج شده از تن را لوله یا تا کنید و آنرا به داخل سطل زباله بیاندازید.





استفاده ایمن از وسایل حفاظت فردی با توجه به نوع مراقبت

تاریخ تدوین:
تاریخ ابلاغ:
تاریخ آخرین بازنگری:
تاریخ بازنگری بعدی:
شماره ویرایش:

احتیاط قطره ای (Droplet precaution)

برای جلوگیری از انتقال آئروسول های درشت (قطرات بزرگتر از ۵ میکرون) ، از این نوع احتیاط استفاده می شود. بدلیل اندازه بزرگ این قطرات در هوا معلق نمی مانند و تا فاصله زیاد حرکت نمی کنند. این ذرات حین صحبت، عطسه یا سرفه کردن ایجاد می شود. در مراقبت از بیمارانی که می بایست احتیاط قطره ای رعایت شود تمام پرسنل درمانی (پزشکان ، رزیدنت ها ، پرستاران ، پرسنل آزمایشگاه ، پرسنل رادیولوژی و سایر قسمت ها و پرسنل خدماتی از وسایل حفاظت فردی به شرح ذیل استفاده نمایند :

ماسک جراحی

کلیه پرسنل درمانی و خدماتی باید هنگام مراقبت از بیمار مبتلا به بیماری منتقله از راه قطرات و یا به عنوان بخشی از محافظت طی فعالیتهای مراقبت از بیمار که احتمال پاشیده شدن خون و ترشحات یا مایعات بدن وجود دارد ، ماسک ساده جراحی استفاده کنند. این ماسک حفاظت کامل در برابر آئروسول های کوچک ذره (کمتر از ۵ میکرون) ایجاد نمی کند و نباید در این موارد استفاده شوند .



هنگام استفاده از ماسک رعایت موارد ذیل برای تمامی کارکنان الزام است :

- ماسک را طوری بپوشید که روی دهان ، بینی را بپوشاند.
- ماسک را بوسیله بند یا کش پشت سر بسته محکم کنید.
- ماسک را هر ۲-۳ ساعت پس از استفاده تعویض کنید.
- در صورتی که ماسک حین استفاده خیس یا مرطوب شود ، باید آن را تعویض کنید.
- از آویزان نمودن ماسک به گردن اجتناب کنید.
- پس از استفاده از ماسک دست ها را شسته و ماسک را معدوم کنید.



استفاده ایمن از وسایل حفاظت فردی با توجه به نوع مراقبت

تاریخ تدوین:
تاریخ ابلاغ:
تاریخ آخرین بازنگری:
تاریخ بازنگری بعدی:
شماره ویرایش:



نحوه پوشیدن ماسک جراحی:

۱. ماسک را روی دهان و بینی و چانه قرار دهید.
۲. لبه بالایی ماسک را روی قسمت بالای بینی تنظیم کنید.
۳. بندهای ماسک را از پشت سر ببندید.
۴. ماسک را تنظیم و محکم کنید

عینک و محافظ صورت

در بیماران با ایزولاسیون تماسی و همچنین زمانی که احتمال پاشیده شدن ترشحات به چشم و صورت در حین مراقبت وجود دارد باید از عینک و محافظ صورت استفاده شود.



- حین مراقبت از بیمار از عینک محافظ و یا محافظ صورت در فاصله ی کمتر از دومتر استفاده کنید.
- محافظ صورت یا عینک محافظ چشم را به صورت فردی و جداگانه استفاده کنید.
- عینک محافظ را طوری بپوشید که چشم و اطراف چشم را کاملاً بپوشاند.
- در پایان کار حتماً عینک را تمیز و ضدعفونی کنید.
- در صورت موجود نبودن عینک به تعداد کافی باید از آلودگی زدایی و تمیز کردن آن بلافاصله بعد از استفاده مطمئن شوید و قبل از هر بار استفاده توسط کارکنان نیز باید تمیز و ضدعفونی گردد.



احتیاط های هوایی (Airborne Precautions)

احتیاط هوایی برای جلوگیری از انتقال بیماری هایی که از طریق هسته قطرات با اندازه کوچکتر از 5 میکرون یا ذرات گرد و غبار حاوی عامل عفونی بکار می رود. بیماری هایی که رعایت احتیاط هوایی برای آنها ضرورت دارد .
روپوش بلند :

- از روپوش بلند آستین دار ضد آب در انجام مراقبت از بیمار باید استفاده کنید.
- از یک روپوش یا گان فقط برای یک بیمار استفاده کنید
- در صورت آلودگی گان را تعویض کنید.



استفاده ایمن از وسایل حفاظت فردی با توجه به نوع مراقبت

تاریخ تدوین:
تاریخ ابلاغ:
تاریخ آخرین بازنگری:
تاریخ بازنگری بعدی:
شماره ویرایش:



ماسک تنفسی N95:

این ماسک مانع از استنشاق و بلع ذرات کوچکتر از یک میکرون می شود.

هنگام استفاده از ماسک رعایت موارد ذیل برای تمامی کارکنان الزامی است:

- ماسک باید روی دهان ، بینی و چانه را بپوشانید.
- قسمت پشت یا خارجی ماسک را در کف دست قرار داده، بصورتی که نوک قسمت بینی در نوک انگشتان شما قرار گیرد و بندهای ماسک بصورت آزاد در زیر دست شما آویزان باشد
- ماسک تنفسی را زیر چانه خود قرار دهید
- بند بالایی ماسک را با دستی که آزاد است به بالا و پشت سر خود بکشید. بند پایینی ماسک را نیز به بالا کشیده و نزدیک گردن و زیر گوش قرار دهید .
- انگشتان دو دست را روی فلز قسمت بینی قرار دهید قسمت بینی را روی بینی خود قالب دهید (با استفاده از دو انگشت هر دو دست ها) فشار دادن قسمت بینی با استفاده از یک دست ، منجر به کاهش موثر بودن قالب دهی روی بینی می گردد.
- قسمت جلوی ماسک را با هر دو دست بپوشانید (مراقب باشید موقعیت ماسک را خراب نکنید)

کنترل نشستی مثبت:

- بسرعت هوا را بیرون دهید (انجام سریع بازدم) فشار مثبت در داخل ماسک برابر با عدم نشت ماسک است.
- اگر نشستی وجود داشته باشد موقعیت ماسک را تنظیم کنید و یا بندها را بکشید و نشستی را مجددا کنترل کنید. مراحل را مجددا تکرار کنید تا زمانی که ماسک تنفسی بطور مناسب ایمنی ایجاد کند.

کنترل نشستی مثبت:

- بطور عمیق نفس بکشید (دم عمیق) اگر نشستی وجود نداشته باشد ، فشار منفی باعث چسبیدن ماسک به صورت می شود. نشستی منجر به از دست دادن فشار منفی در ماسک شده و باعث ورود هوا از طریق منافذ نشستی می گردد.
- از یک ماسک فقط برای یک بیمار استفاده کنید.
- در صورتی که ماسک خیس یا مرطوب شود ، باید تعویض گردد.
- از آویزان نمودن ماسک به گردن اجتناب کنید.



استفاده ایمن از وسایل حفاظت فردی با توجه به نوع مراقبت

تاریخ تدوین:
تاریخ ابلاغ:
تاریخ آخرین بازنگری:
تاریخ بازنگری بعدی:
شماره ویرایش:

- پس از استفاده از ماسک دست ها را شسته و ماسک را معدوم کنید.

- ماسک N95 را پس از ۸ ساعت استفاده تعویض کنید.

نحوه پوشیدن و اطمینان از عدم نشت در ماسک N95

قدم ۱- قسمت پشت (خارجی) ماسک را در کف دست قرار داده بصورتی که قسمت بینی در نوک انگشتان شما قرار گیرد و بندهای ماسک بطور آزاد در زیر دست شما آویزان باشد.



قدم ۲- ماسک تنفسی را زیر چانه خود قرار دهید بنحویکه قسمت بینی آن به سمت بالا باشد.



قدم ۳- بند بالایی ماسک را با دستی که آزاد است به بالا و پشت سر خود بکشید. بند پایینی ماسک را نیز به بالا کشیده و نزدیک گردن و زیر گوش قرار دهید.



قدم ۴- انگشتان دو دست را روی فلز قسمت بینی قرار دهید. قسمت بینی را روی بینی خود قالب دهید (با استفاده از ۲ انگشت هر یک از دستها) فشار دادن قسمت بینی با استفاده از یک دست منجر به کاهش مؤثر بودن قالب دهی روی بینی می گردد.



قدم ۵- قسمت جلوی ماسک مخصوص را با هر دو دست بپوشانید. (مراقبت باشید موقعیت ماسک را خراب نکنید)



قدم ۵ یک- کنترل نشتی مثبت:

- سرعت هوا را بیرون دهید (انجام سریع بازدم). فشار مثبت در داخل ماسک تنفسی برابر با عدم نشت ماسک است. اگر نشتی وجود داشته باشد موقعیت ماسک را تنظیم کنید و یا بندها را بکشید. نشتی را مجدداً کنترل کنید.

- مراحل را مجدداً تکرار کنید تا زمانی که ماسک تنفسی بطور مناسب ایمنی ایجاد کند (محکم شود)

قدم ۵ دو- کنترل نشتی منفی:

- بطور عمیق نفس بکشید (دم عمیق). اگر نشتی وجود نداشته باشد فشار منفی باعث چسبیدن ماسک به صورت می شود.

- نشتی منجر به از دست دادن فشار منفی در ماسک شده و باعث ورود هوا از طریق منافذ نشتی می گردد.



استفاده ایمن از وسایل حفاظت فردی با توجه به نوع مراقبت

تاریخ تدوین:
تاریخ ابلاغ:
تاریخ آخرین بازنگری:
تاریخ بازنگری بعدی:
شماره ویرایش:

ترتیب پوشیدن وسایل حفاظت فردی

چگونگی

پوشیدن وسایل حفاظت فردی (در صورتی که کلیه اجزای
وسایل حفاظت فردی مورد نیاز است):

قدم اول:

- تعیین عامل خطر و مدیریت خطر و حصول نتیجه در زمینه ضرورت استفاده از وسایل حفاظت فردی
- برنامه ریزی در زمینه محل پوشیدن و درآوردن وسایل حفاظت فردی
- آیا همکار یا آئینه در محل وجود دارد؟
- آیا حلقه دفع بهداشتی ضایعات را می دانید؟



قدم دوم:

- پوشیدن رویوش



قدم سوم:

- پوشیدن ماسک



قدم چهارم:

- پوشیدن محافظ چشم، بتوان مثال پوشاننده چشم، پوشاننده صورت، عینک (بدر نظر گرفتن اینکه عینک باید ضدقارچ یا مقاوم به قارچ باشد). پوشیدن کلاه اختیاری است. در صورت استفاده از کلاه آنرا بعد از محافظ چشم بپوشید.



قدم پنجم:

- پوشیدن دستکش (دستکش روی مچ رویوش را بپوشاند)





استفاده ایمن از وسایل حفاظت فردی با توجه به نوع مراقبت

تاریخ تدوین:
تاریخ ابلاغ:
تاریخ آخرین بازنگری:
تاریخ بازنگری بعدی:
شماره ویرایش:

ترتیب خارج نمودن وسایل حفاظت فردی

چگونگی

درآوردن وسایل حفاظت فردی:

قدم اول:

- از آلودگی خود، دیگران و محیط اجتناب کنید.
- ابتدا اجزایی را که آلودگی بیشتری دارند دریاورید.
- درآوردن دستکش و گان:
- درآوردن رویوش و دستکش و جمع کردن و پیچاندن آن به سمت داخل
- دفع ایمن رویوش و دستکش



قدم دوم:

- اجرای عملیات بهداشت دست



قدم سوم:

- درآوردن کلاه (در صورتی که پوشیده شده است)
- درآوردن محافظ چشم از پشت سر
- گذاشتن محافظ چشم در ظرف جمع آوری جداگانه برای بازیافت



قدم چهارم:

- درآوردن ماسک از پشت سر



قدم پنجم:

- اجرای عملیات بهداشت دست





دانشگاه علوم پزشکی و خدمات
بهداشتی درمانی گلستان

استفاده ایمن از وسایل حفاظت فردی با توجه به نوع مراقبت

تاریخ تدوین:
تاریخ ابلاغ:
تاریخ آخرین بازنگری:
تاریخ بازنگری بعدی:
شماره ویرایش:

• منابع و امکانات

گان پارچه ای یا یکبار مصرف ، گان ضد اب ، ماسک جراحی، ماسک N95 ، عینک محافظ چشم ، شیلد محافظتی صورت ، محافظ پاها (چکمه یا روکشی)
مکان مشخص و مناسب جهت نگهداری وسایل محافظتی به طوری که پرسنل دسترسی آسان به آن داشته باشند.
مکان مناسب برای پوشیدن و خارج نمودن صحیح وسایل حفاظت فردی
سطل زباله مخصوص زباله عفونی جهت دفع وسایل حفاظتی آلوده
وجود شخص و یا اشخاصی جهت آموزش نحوه استفاده ایمن از وسایل حفاظت فردی
پوسترها ، پمفلتها و یا جزوات آموزشی مناسب

• کارکنان مرتبط

- کلیه کارکنان درمانی شاغل در بخشهای درمان اعم از پزشک ،پرستار، ماما، تکنسین های اتاق عمل و بیهوشی، خدمات
- کلیه پرسنل شاغل در بخشهای پاراکلینیک مثل آزمایشگاه و رادیولوژی
- پرسنل شاغل در درمانگاه تخصصی
- کارکنان شاغل در واحد امحاء زباله

تهیه کنندگان	سمت	امضاء
تأیید کننده		
ابلاغ کننده		