

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

لوازم حفاظت فردی

و

روش های استفاده از آن

تعریف:

وسایل حفاظت فردی تجهیزاتی هستند که برای حفاظت کارکنان از صدمات شغلی و یا بیماری های ناشی از تماس با مواد بیولوژیکی، شیمیایی، فیزیکی، الکتریکی و ... طراحی شده اند.

این تجهیزات با توجه به نوع صدمه مورد انتظار و تماس شغلی متفاوت است. وسایل حفاظت فردی مورد استفاده ضمن محافظت کارکنان و پیشگیری از ابتلای آنها مانع انتقال عفونت به سایر بیماران و افراد می شود.

لوازم حفاظت فردی (ppe)

- ▶ گان
- ▶ ماسك
- ▶ لوازمی که برای اقدامات ویژه مورد نیاز است (رسیپراتورها - از قبیل ماسک N95 یا ۲ FFP2 استاندارد یا معادل های آن)
- ▶ عینك محافظ یا حفاظ صورت (شیلد)
- ▶ دستکش

ترتیب استفاده از لوازم حفاظت فردی



▶ شستن دست ها مطابق استاندارد

▶ پوشیدن گان

▶ قسمت داخل و جلوي گان را درست از قسمت خط گردن با دو دست گرفته و تاي آن را کامل باز کنید، طوري که داخل گان به سمت بدن باشد.

▶ دستها را تا حدي داخل آستين ببريد که گان روي شانه قرار گیرد.

▶ بندهاي پشت گردن و کمر را محکم ببنديد.



ادامه...

▶ ماسک

ماسک را به گونه ای ببندید که اطراف دهان و بینی را کاملاً بپوشاند.
ماسک باید در محل خود قرار گیرد و از آویزان کردن آن از گردن خودداری
نمایید.

بند ماسک را نباید به حدی شل بست که هوا از کنار آن عبور کند یا به
حدی سفت بست که هوا بدون فیلتره شدن از ماسک عبور کند.
در صورتی که ماسک خیس یا مرطوب شود ، باید تعویض گردد.



عینک / شیلد محافظ

▶ عینک محافظ و شیلد محافظ صورت را روی چشمان و صورت قرار داده و آن را به طور مناسب تنظیم کنید.



ادامه ...



▶ دستکش

دستکش ها را تا مچ دست بپوشانید.
دستکش باید مچ آستین گان را بپوشاند.
فقط یکبار استفاده گردد.

در صورت پارگی و آلودگی قابل مشاهده تعویض گردد.
بین هر بار انجام مراقبت از بیماری که حامل میکروارگانیسم ها است، تعویض شود.
پس از استفاده و پیش از ارائه مراقبت به بیمار دیگر، باید خارج
و بلافاصله دستها شسته شود تا از انتقال میکروارگانیسم ها به محیط یا سایر
بیماران جلوگیری شود.

روش صحیح خارج کردن دستکش از دستها

مخصوص استفاده از دستکش مقاوم در برابر نفوذ مواد شیمیایی

ترتيب مراحل زیر و انجام دهید

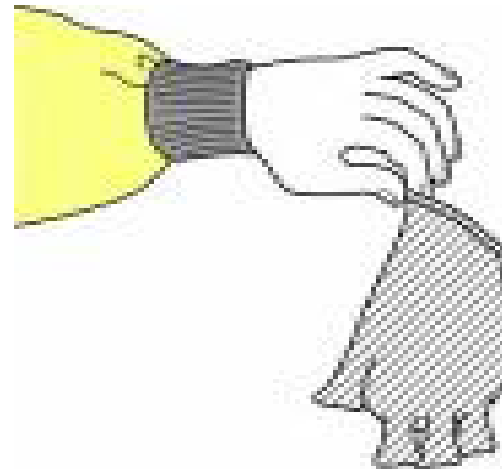
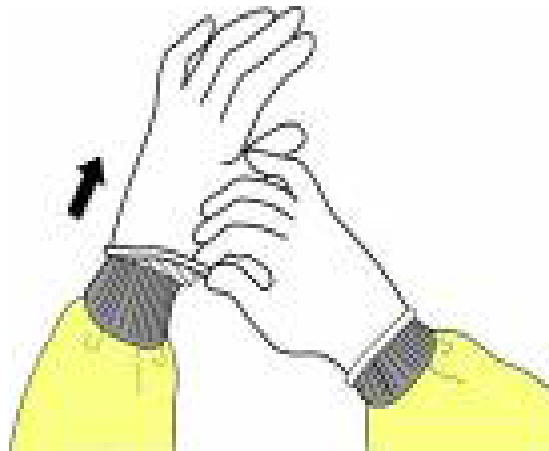


ترتیب صحیح در آوردن لوازم حفاظت فردی

- ▶ ۱. دستکش ها
- ▶ ۲. عینک / شیلد محافظ صورت
- ▶ ۳. گان
- ▶ ۴. ماسک

در آوردن دستکش ها

- ▶ با دست اول در نقطه ای اندکی پائین تر از لبه دستکش بخش خارجی دستکش را با انگشتان بگیرید و ضمن خارج کردن، آن را به پشت وارونه کنید.
- ▶ انگشتان دست برهنه را در حد فاضل مچ دست دیگر و زیر دستکش بلغزانید و به کمک انگشتان دست برهنه دستکش دیگر را خارج کرده و حین خروج آن را وارونه کرده و روی دستکش دیگر بکشید.
- ▶ در آخر هر دو دستکش وارونه شده را درون سطل زباله بیاندازید.



نحوه ی صحیح در آوردن عینک / محافظ صورت

- ▶ به دلیل آلوده بودن لوازم حفاظت فردی برای برداشتن عینک دسته های آنرا بگیرید و برای برداشتن محافظ صورت از بند آن استفاده کنید.
- ▶ محافظ چشم (عینک یا حفاظ صورت) را جهت ضد عفونی در ظروف مخصوص تعیین شده قرار دهید (در صورت یکبار مصرف بودن آن را در سطل زباله بیاندازید).

نحوه در آوردن گان:

- ▶ گره ها را باز کنید.
- ▶ یک دست خود را به قسمت داخلی گان برده و آنرا از ناحیه شانه و گردن پایین 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 و یا تا کنید و آنرا به داخل سطل زباله بیاندازید



طریقه صحیح در آوردن ماسک

- ▶ قسمت جلو ماسک آلوده بوده بنابراین نباید این قسمت را لمس کنید.
- ▶ ابتدا گره ها را باز کنید و بند تحتانی را گرفته و آنرا از پشت سر خارج کنید سپس بند فوقانی را گرفته از پشت سر بیرون آورید.
- ▶ ماسک را به داخل سطل زباله بیاندازید.
- ▶ دست ها را به طور کامل طبق مراحل گفته شده بشوئید و خشک کنید.



بهداشت و روش شستشوی دست ها



روش درست شستن دست ها

در ۱۰ مرحله



دست ها را خیس کرده و بعد
آن ها را صابونی کنید.



کف دست ها را با هم بشویید.



بین انگشتان را در قسمت
پشت بشویید.



بین انگشتان را از روبرو
بشویید.



نوک انگشتان را در هم گره
کرده و به خوبی بشویید.



شست ها را جداگانه و دقیق
بشویید.



خطوط کف دست را با نوک
انگشتان بشویید.



دور مچ هر دو دست را بشویید.



دست ها را با دستمال
خشک کنید.



با همان دستمال شیر آب را ببندید و
دستمال را در سطل زباله بیاندازید.

فراموش نکنیم

► بهداشت دست اولین و مهمترین خط دفاع است

بزرگترین نعمت: سلامت

تویه کننده: کارشناس بهداشت حرفه ای

منیره زینلی پور

پایان