

手部衛生：加強防護, 預防傳染病

這篇 OSACH 的知識簡報是在於推動每位在醫療及社區看護機構的工作人員有效地保持手部衛生。

何謂手部衛生，為何重要？

手部衛生是對於洗手和使用含有酒精的手紙巾的普通名稱。

正確的洗手方法對於病人、客戶、居民，員工以及您工作場合的訪客來說是一項預防及控制傳染病的重要措施。

我應該在什麼時候洗手？

- 當手明顯很髒時
- 當手遭血或體液污染時
- 脫下手套之後
- 照顧患有腹瀉的人之後，因為有些引起其症狀的生物體無法被含酒精的手紙巾有效去除
- 在進食之前
- 在餵食您看護的人之前
- 在處理食物之前
- 在完成個人生理機能之後，例如使用洗手間、擤鼻涕

正確洗手的五個步驟

1. 以溫水濕潤手部
2. 從容器擠壓液狀肥皂
3. 摩擦雙手約15秒，必須包括手及手指的所有表面
4. 徹底洗淨雙手，然後以紙巾擦乾
5. 使用紙巾將水龍頭關上

我應該在什麼時候使用含有酒精的手紙巾？

- 當保持手部衛生是必要的而且手不明顯很髒
- 在提供看護的前後
- 在與病人、居民或客戶接洽之間
- 在無盥洗設備的情況下
- 程序規定在戴上消毒過的手套之前。請注意，使用外科用清潔劑也很可能是必要的；請向您的機構詢問其規定及程序
- 在使用具侵害性器具之前。若有接觸體液的危險，除汗水之外的排泄物或分泌物，也必需戴上手套。
- 當從受污染的環境走動到未受污染的環境（應衡量是否也必須戴上手套。）
- 在對於接觸傳染應提高警覺的時候，如果觸摸曾經與病人、居民接觸過的物體或器具，應使用含酒精的手紙巾淨手
- 在脫下手套之後（如果發現有殘留物在您手上，應用肥皂洗手將其去除。）

方法3步驟

1. 將清潔用品置於一手掌 (請閱讀產品標籤的指示使用量。)
2. 揉搓雙手且應當注意需包含雙手及手指的所有表面
3. 揉搓至雙手都變乾

保持健康的皮膚及手指甲

- 馬上治療破裂的皮膚
- 經常使用滋潤皮膚的保養品
- 如果合適應使用隔離霜 (請與您的上級、職業保健或控制傳染疾病專家商討)
- 保持指甲短且乾淨
- 請勿戴人工指甲; 應確保指甲油無缺口
- 請戴最少量首飾品, 例如手錶及戒指

需要更多資訊?

您可以向上級、傳染病控制中心或保健與安全委員會、職業保健或傳染病控制從業員, 或向您的工會團體諮詢。

請參考 OSACH 的網站 www.osach.ca, 查詢有關預防及控制傳染病的資料。



知識簡報裏的資訊在發行時是正確無誤的。

知識簡報系列的著作版權是由 Ontario Safety Association for Community Healthcare (OSACH) 所擁有。知識簡報個別內容可供自由引用, 引用者應歸與 OSACH 適當榮譽。

如欲得到更多資訊, 請聯絡:

Ontario Safety Association for Community & Healthcare

4950 Yonge Street, Suite 1505, Toronto, Ontario Canada M2N 6K1

電話 (416) 250-7444 • 免費專線 1-877-250-7444 • 傳真 (416) 250-7484 • 網站: www.osach.ca

ISBN 1-894878-40-X FHANC152 Rev. 10/06