



بهداشت دست

در مراکز ارائه خدمات درمانی سرپایی، مراقبت در
منزل و مراکز نگهداری از سالمندان و بیماران مزمن

راهنمای دکتر. نیری راهبرد چندوجهی ارتقا بهداشت دست سازمان
جهانی بهداشت و ارتقاء ده نکرد "پنج موقعیت برای بهداشت دست"

گردآوری

سازمان بهداشت جهانی

مترجمین

دکتر مهدی نرگزی

عضو هیات علمی دانشکده بهداشت

دانشگاه علوم پزشکی تهران

دکتر کیارش قزوینی

دانشیار دانشکده پزشکی

و مرکز تحقیقات مقاومتهای میکروبی دانشگاه علوم پزشکی مشهد

آزاد خالدي

ویراستار

غلامعلی آذری

عنوان و نام پدیدآور	: بهداشت دست: در مراکز ارائه خدمات درمانی سرپایی، مراقبت در منزل و مراکز نگهداری.../گردآوری سازمان بهداشت جهانی؛ مترجمین کیارش قزوینی، مهدی نوروزی، آزاد خالیدی؛ ویراستار غلامعلی آذری.
مشخصات نشر	: تهران: ترجمان خرد، ۱۳۹۴.
مشخصات ظاهری	: ۱۳۰ص.: مصور، جدول.
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۵۲۰۲-۷۲-۴
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
یادداشت	: کتاب براساس تالیفات سازمان بهداشت جهانی با عنوان " Save lives: Clean your hands,2012 " است.
یادداشت	: کتابنامه.
موضوع	: دست‌ها -- مراقبت و بهداشت
موضوع	: دست‌ها -- بیماری‌ها
موضوع	: بهداشت -- اصلاحات
شناسه افزوده	: قزوینی، کیارش، ۱۳۴۹ - مترجم
شناسه افزوده	: نوروزی، مهدی، ۱۳۴۷ - مترجم
شناسه افزوده	: خالیدی، آزاد، مترجم
شناسه افزوده	: آذری، غلامعلی، ویراستار
شناسه افزوده	: سازمان بهداشت جهانی
رده بندی کنگره	: ۶۱۳ / ۷۷۶ / ۹۷۸ / ۲۹۴۹
رده بندی دیویی	: ۶۱۳
شماره کتابشناسی ملی	: ۴۰۷۱۱۱۲



انتشارات ترجمان خرد

بهداشت دست

در مراکز ارائه خدمات درمانی سرپایی، مراقبت در منزل و مراکز نگهداری از سالمندان و بیماران مزمن

ترجمه: دکتر کیارش قزوینی، دکتر مهدی نوروزی، آزاد خالیدی
 قطع وزیری، ۱۳۰ صفحه، ۲۰۰۰ نسخه، چاپ اول، زمستان ۱۳۹۴
 امور فنی و چاپ: مؤسسه چاپ و انتشارات دانشگاه فردوسی مشهد
 شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۵۲۰۲-۷۲-۴
 قیمت: ۱۲۰۰۰ تومان

تلفن مرکز بخش: ۰۹۱۵۱۲۴۸۹۳۸

دیباچه مترجمین

به نام آنکه هستی از اوست

پروردگار هستی بخش را سپاس می‌گزاریم که توفیق داد تا بتوانیم اثری مفید و کار بردی در موضوع حفظ سلامت در مراکز درمانی ارائه خدمات سلامت به صورت سربایی را به دانش پژوهان گرامی تقدیم کنیم. در سالهای اخیر انتقال عوامل بیماریزا در مراکز بهداشتی و درمانی بسیار مورد توجه قرار گرفته است. در این میان بهترین روش و گاهی تنها راهکار پیشگیری از انتقال عوامل بیماریزا رعایت بهداشت دست معرفی شده است. آنچه هم اکنون پیش روی شما است مجموعه‌ای است که در راستای تحقق این هدف توسط سازمان بهداشت جهانی، با آوری گردیده است تا با آموزش صحیح آن، گامی در جهت حفظ سلامت بیماران و جامعه برداشته شود.

مشوقین اصلی ما در ترجمه و ارائه این گویا که بها همیشه همکاران گرامی و دست اندرکاران تلاشگر مراکز بهداشتی و درمانی بوده‌اند که در صدد به روز کردن دانش خود و ارائه خدمات بهداشتی و درمانی مطلوب به بیماران می‌باشند. در اینجا بر یکایک این ارشتگان - پید پوش درود می‌فرستیم و تلاشهای خستگی ناپذیرشان را ارج می‌نهیم.

لازم به ذکر است که ترجمه اثر حاضر بدون کمک، پشتیبانی و نظارتی اصلاحی دو تن از همکاران خوبمان امکان‌پذیر نبود. پس بر خود لازم می‌دانیم از همکاری مؤثر این عزیزان، جناب آقای دکتر رضا وفایی‌نژاد و جناب آقای دکتر محمد حسن اعلمی کمال تشکر را داشته باشیم. همچنین به صورت ویژه از نشر محترم ترجمان‌خرد که زمینه چاپ و دسترسی به این اثر را فراهم نمودند، سپاسگزار می‌کنیم.

در انتها خود را مدیون همه دانشوران و اساتید گرانقدری که ما را آموخته‌اند و همواره خالصانه و بی‌دریغ یاریمان کرده‌اند می‌دانیم و چشم به نظرهای ارزشمند و راهنمایی‌های گران سنگ شما اساتید، پژوهشگران، کارشناسان و دانشجویان عزیز داریم تا ما را برای افزایش غنا و کاربردی‌تر کردن این مجموعه یاری نمایید.

دکتر کیارش قزوینی - دکتر مهدی نوروزی

فهرست

۷	مقدمه و توضیحات ضروری برای خواننده
۹	۱. اهداف این کتاب
۱۰	۲. تعاریف و داده ها
۱۲	۳. گروه هدف (مخاطبان)
۱۳	۴. چرا بهداشت دست در مراقبت سرپایی مهم است؟
۱۳	۴-۱. خطر انتقال عفونت از مراکز مراقبت سرپایی
۱۵	۴-۲. نقش دست ها در انتقال میکروبی در مراکز مراقبت سرپایی
۱۷	۴-۳. روش های بهداشت دست در مراکز سرپایی
۲۱	۵. به کارگیری "پنج موقعیت پیشنهادی سازمان جهانی بهداشت برای رویکرد بهداشت دست" در مراقبت سرپایی
۲۱	۵-۱. منطقه بیمار و مفاهیم نواحی مراقبت در مراکز سرپایی
۲۶	۵-۲. "پنج موقعیت پیشنهادی سازمان جهانی بهداشت برای رویکرد بهداشت دست" در مراقبت های سرپایی
۳۵	۶. استفاده از راهبرد چند وجهی ارتقاء بهداشت دست در مراقبت سرپایی و انزار مورد نیاز
۳۶	۶-۱. آماده سازی ساختار و سیستم
۳۸	۶-۲. آموزش
۴۰	۶-۳. ارزیابی و ارائه بازخورد
۴۳	۶-۴. یادآور ها در محل مراقبت
۴۹	۶-۵. استقرار فضای ایمنی بیمار در سازمان
۵۲	۷. نمونه های عملی از موارد نیاز به بهداشت دست در مراکز مراقبت سرپایی
۵۲	۷-۱. مقدمه و نکته ای مهم برای خواننده
۵۵	۷-۲. مثال های عملی
۵۵	۸. واکسیناسیون (همگانی)

۵۸	۲. خونگیری در آزمایشگاه.....
۶۱	۳. مراجعه به مطب پزشک عمومی.....
۶۴	۴. پایش و معاینه کودک در مرکز بهداشت.....
۶۸	۵. معاینه و درمان در درمانگاه اورژانس.....
۷۲	۶. مراقبت در منزل (بخش اول) - کمک به فرد ناتوان جهت استحمام.....
۷۵	۶. مراقبت در منزل (بخش دوم) - پانسمان زخم.....
۷۸	۷. تصویر برداری رادیولوژیک قفسه سینه در یک مرکز تشخیص طبی.....
۸۱	۸. همودیالیز در مرکز سرپایی (بخش اول) - شروع دیالیز.....
۸۴	۸. همودیالیز در مرکز سرپایی (بخش دوم) - در طول جلسه دیالیز.....
۸۶	۸. همودیالیز در مرکز سرپایی (بخش سوم) - جدا شدن از دستگاه در پایان جلسه دیالیز.....
۸۹	۸. همودیالیز در مرکز سرپایی (بخش چهارم) - پس از خروج بیمار.....
۹۱	۹. تولد نوزاد و کمک به زایمان.....
۹۲	۹. تولد نوزاد و زایمان (بخش اول) - قبل از زایمان.....
۹۵	۹. تولد نوزاد و زایمان (بخش دوم) - حین زایمان.....
۹۸	۹. زایمان (بخش سوم) - پس از خروج مادر و نوزاد از منطقه زایمان.....
۱۰۰	۱۰. ارائه مراقبتهای دندانپزشکی در کلینیک.....
۱۰۳	۱۱. معاینه سالمند زمین گیر در خانه سالمندان.....
۱۰۶	۱۲. تعویض پوشک فرد بستری در مرکز ارائه خدمات و مراقبت بلند مدت.....
۱۰۹	۱۳. فیزیوتراپی و حرکت درمانی برای یک فرد سالمند ساکن در خانه سالمندان.....
۱۱۳	منابع و مآخذ.....
۱۱۹	پیوست ۱.....
۱۲۱	پیوست ۲.....

مقدمه و توضیحات ضروری برای خواننده

با توجه به اهمیت بهداشت دست و دستاوردهای حاصل از بکارگیری این راهکار در مراکز بهداشتی و درمانی، گسترش آن در سایر مراکزی که به نوعی با بیماران و انسان‌ها در تماس می‌باشند به طور روز افزونی مورد توجه می‌باشد. توصیه‌های سازمان جهانی بهداشت (WHO) در مورد بهترین شیوه‌های بکارگیری بهداشت دست و بهبود راهبردهای مربوط به آن و به ویژه ابداع استانداردهایی برای اقدامات بهداشتی در سایر جهان از جمله نکات مهم در این زمینه محسوب می‌شود. با توصیه و پیگیری‌های سازمان جهانی بهداشت در طول چند سال گذشته و در بسیاری از کشورها هزاران مرکز به این منظور بنیاد نهاده شده است. اگرچه این توصیه‌ها و راهبردها در درجه اول برای اجرا در بیمارستانها تدوین گردیدند، اما موفقیت آنها در عرصه‌های دیگر، از جمله مراکز درمانی از جمله کلینیک‌های درمان سرپایی بیماران و مراکز دندانپزشکی را نیز خود جلب نمود. همزمان، سوالات چندی در مورد امکان انتقال عفونت از طریق دست و خطرات ناشی از آن در این مراکز پدیدار گشت و کاربرد مفهوم بهداشت دست در این مراکز نیز مد نظر قرار گرفت. در نهایت انجام شده نشان داده شده است که در ابتدا شواهد علمی محدودی در این زمینه در دست بود که این مطلب خرید بیانگر این نکته است که هنوز دانش بشر در این مورد در مراحل اولیه خود قرار دارد اگرچه نمی‌توان ادعا نمود که همه مسائل بحث برانگیز مربوط به بهداشت دست به طور کامل پوشش داده شده است ولی اطمینان داریم که این کرد پیشنهادی برای بهداشت دست در مراقبت‌های سرپایی بیماران سازگار با راهبرد سازمان جهانی بهداشت (WHO) و براساس منابع علمی موثق گردآوری شده است.

محورهای اصلی مورد تأکید در این مجموعه عبارتند از:

۱. خطر انتقال عفونت در مراکز مراقبت سرپایی به خصوص از طریق دست.

۲. شیوه‌های بهداشت دست در این مراکز.

۳. "پنج موقعیت پیشنهادی سازمان جهانی بهداشت (WHO) برای بهداشت دست.

۴. اجرای راهبردهای ارتقاء در سطح سازمانی.

بررسی مطالب علمی، نظرسنجی کارشناسان بین المللی، مشاوره کارشناسان منطقه‌ای و جمع‌بندی

دقیق و گسترده‌ای از این مطالب در پیش نویس نهایی گنجانده شده است. اگر چه همه مسائل بحث برانگیز به طور کامل در این مجموعه حل و فصل نمی‌شود، ولی تلاش گردیده است در این مجموعه رویکرد پیشنهادی برای مراقبت‌های اولیه و مراکز درمان سرپایی مطابق با راهبرد WHO و براساس اجماع متخصصین و بازخوردهای حاصل شده از برخی از نمایندگان کشورها ارائه گردد. چندین روش برای ارزیابی اختلافات و راهکار برای رفع آن مورد استفاده قرار گرفته است و سعی گردیده اطلاعات مفیدی جهت پرکردن شکاف‌ها و توسعه مفاهیم در این مجموعه فراهم گردد.

این کتاب به دو بخش اصلی تقسیم می‌شود:

- ۱) بخش اول که در خصوص مفاهیم و شواهد زمینه‌ای و مبانی نظری مربوط به رویکرد "بهداشت دست در مراکز مراقبت سرپایی" و راهبرد (راهکار) چند وجهی ارتقا بهداشت دست است که توسط سازمان جهانی بهداشت (WHO) تدوین شده است. در این بخش تلاش گردیده است تا مطالب به صورت انحصاری با توجه به مراکز مراقبت سرپایی و منطبق با واقعیت‌های موجود در این گونه مراکز ارائه گردد.
- ۲) بخش دوم که با نگاه کارآزمایی تنظیم شده و در آن به نمونه‌هایی از اندیکاسیون‌های رعایت بهداشت دست در موقعیت‌های شایع در مراکز مراقبت سرپایی پرداخته شده است. این نمونه‌های عملی برای کمک به خواننده جهت درک نیاز برای انجام بهداشت دست در طی اعمال روزانه و به تدریج اتخاذ این رویکرد در هنگام عرضه خدمات مراقبتی سرپایی در ارتباط معمول، به ویژه تأکید بر تخمین خطر انتقال عفونت، تعیین اولویت‌ها با توجه به منابع موجود و شایع‌ترین روش‌های محلی، ارائه شده است. سیاست‌گزاران و مسئولین کنترل عفونت باید شیوه‌های درک و پذیرش این مفاهیم توسط ارائه دهندگان خدمات سرپایی و همه دست‌اندرکاران مرتبط با این حرفه را تسهیل کنند. در این مجموعه همچنین راهکارهای کاربردی برای آموزش و ارزیابی هدفمند ارائه دهندگان مراقبت بهداشتی در مراکز مراقبت سرپایی در این زمینه بر اساس دستورالعمل‌های سازمان جهانی بهداشت (WHO) ارائه شده است.

اصول کنترل عفونت و بهداشت دست در تمام مراکز بهداشتی و درمانی در سراسر جهان شناخته شده و مورد قبول همگان است. با این حال، هنوز در مراکز ارائه خدمات سرپایی در مواجهه با بهداشت دست برخی از چالش‌های خاص مربوط به بهداشت دست و توجه به "پنج موقعیت پیشنهادی سازمان جهانی بهداشت برای رویکرد بهداشت دست" و اصول راهبرد چند وجهی ارتقا بهداشت دست نیاز به تبیین و تاکید دارد. این کتاب، بر اساس شواهد علمی موجود و اجماع متخصصین و با اشاره خاص به راهنمایی‌های سازمان جهانی بهداشت (WHO) برای بهداشت دست در مراقبت‌های بهداشتی، هدف‌گذاری شده است که در زیر به این موارد اشاره می‌شود:

- تاکید بر شواهد موجود، ارتباط با خطر انتقال عوامل بیماری‌زا در حین انجام مراقبت‌های سرپایی توسط دست‌ها که به طور معمول، در مراکز ارائه خدمات سرپایی انجام می‌گیرد.
- توجه به ملاحظات خاص برای این مراکز و ارائه توضیحات عملی برای درک مفاهیم ضروری برای اجرای "پنج موقعیت بهداشت دست" سازوکار یا استراتژی چند وجهی ارتقا بهداشت دست در خدمات مراقبت‌های سرپایی.
- فراهم کردن نمونه‌های عملی شرایط مراقبت سالم و ایمن در این مراکز برای تسهیل اجرای توصیه‌های بهداشت دست و به دست آوردن مقبولیت و ملوک برای انجام آن.