

## توصیه هایی برای بیماران و همراهان گرامی:

بیمار و همراه عزیز، شما می توانید با انجام اقدامات ساده و رعایت نکات زیر از عفونتهای بیمارستانی جلوگیری نمایید.

- در موارد زیردستهای خود را به طور مرتب بشویید (راهنمای شستشو و ضدعفونی کردن دست ها نزدیک روشویی هر اتاق نصب شده است).

۱- قبل وبعد از استفاده از توالت

۲- قبل وبعد از غذا خوردن

۳- قبل وبعد از دست زدن به وسایل بیمار آلوده به عفونت

۴- در صورت وجود هر نوع آلودگی واضح بر روی دست

جهت جلوگیری از هدر رفتن آب شیر آب را به دقت ببندید.

نظافت سرویس بهداشتی را رعایت کرده و پس از هر بار استفاده سیفون را بکشید.

- هنگامیکه یکی از عزیزان به ملاقات شما می آید از او بخواهید قبل از ملاقات با شما دستهای خود را بشوید.

- هنگام لگن دادن به بیمار خود از دستکش استفاده کنید.

- جهت جلوگیری از انتقال عفونت روی تخت سایر بیماران ننشینید.

- از وسایل شخصی خود استفاده کنید و از آوردن وسایل اضافی خودداری کنید.

- از دست زدن به تجهیزات پزشکی اجتناب کنید.

- جهت جلوگیری از جذب حشرات، مواد غذایی مازاد را در یخچال نگهداری کنید و در کمد کنار تخت قرار ندهید.

- از قرار دادن کیسه های رنگی به دلیل آلودگی در یخچال جلوگیری کنید.

## توصیه هایی برای ملاقات کنندگان عزیز:

- بیمارستان محلی است که افراد برای دریافت مراقبت و درمان بیماری به آن مراجعه می کنند ولی در صورت عدم رعایت نکات بهداشتی این روند با اشکال مواجه شده و می تواند منجر به انتقال انواع بیماریها و عفونت ها گردد ضمن آرزوی سلامتی برای همه بیماران از شما مراجعین محترم خواهشمندیم با رعایت اصول زیر ما را در ارائه هر چه بهتر خدمات یاری نمایید:

- هنگام ورود و همچنین هنگام خروج از اتاق بیمار دستهای خود را با آب و مایع صابون که در هر اتاق وجود دارد بشویید و یا از ماده ضد عفونی کننده دستها استفاده کنید.

- اگر دچار کسالت هستید یا علائم سرماخوردگی، اسهال و سایر بیماریها را دارید از ملاقات بیماران پرهیزید

- روی تخت بیمار ننشینید و برای نشستن از صندلی کنار تخت استفاده کنید.

- به زخمهای بیمار، پانسمان، سرم و سایر اتصالاتی که ممکن است به بیمار شما وصل باشد دست نزنید .

- اگر بیمار شما دچار اسهال یا استفراغ می باشد هنگام ملاقات تماس نزدیک با او نداشته باشید.

- هنگام عطسه یا سرفه، دهان و بینی خود را با دستمال پوشانید تا از گسترش میکروبها به دیگران جلوگیری کنید و سپس دستهای خود را بشویید.

- شستشوی دست اولین، بهترین و ارزانتترین راه کنترل بیماریهای واگیر است.

## توصیه هایی برای همراهان عزیز:

- همراهان عزیز به منظور پیشگیری از عفونتهای بیمارستانی خواهشمند است تا زمان حضور در مرکز نسبت به رعایت موازین بهداشتی زیر کوشا باشید:

- در صورت تماس با پسماند های تیز و برنده و آسیب پوست و مخاط و یا پاشیدن در چشم موارد را به پرستار بخش اطلاع دهید.

- در صورت مشاهده پسماندهای تیز و برنده در سطل های آبی یا زرد به خدومه بخش اطلاع دهید.



شناسنامه پمفلت آموزشی	
عنوان	الزامات بهداشتی و اقدامات پیشگیرانه مخصوص بیماران و همراهان گرامی
تهیه و تدوین	صدیقه کمانی - سوپروایزر آموزش سلامت
با همکاری	بهوش کریمی - مسئول درمانگاه تخصصی
سال تهیه	خرداد ۱۴۰۵
کد پمفلت	012 - 01
www.goldis.mui.ac.ir - بیمارستان گلдіس شاهین شهر	

- از شستشوی نوزاد و کهنه وی در روشویی داخل اتاق ها جدا اجتناب کنید.

- هنگام شستشوی بخش از رفت و آمد بی مورد خودداری کنید.

### مقررات ملاقات:

۱- برای حفظ سلامت خود و رفاه حال بیماران خواهشمند است ساعات ملاقات (روزهای دوشنبه، چهارشنبه و جمعه ساعت ۱۴-۱۶) را رعایت نموده از تردد در غیر از این ساعات خودداری نمایید.

۲- از آوردن اطفال زیر ۱۲ سال به بیمارستان خودداری کنید.

۳- در صورت بستری بیمار ایزوله به منظور جلوگیری از انتقال عفونت به توصیه پرستار بخش توجه کنید و از تردد بی مورد و ملاقات حضوری اجتناب ورزید.

۴- از آوردن گل و گلدان و صیفی جات (هندوانه، خربزه و ...) به بیمارستان اجتناب نمایید.

۵- بیمارستان متعلق به شماست. خواهشمند است در حفظ و نگهداری تجهیزات دقت نمایید از پاره کردن توری ها، نوشتن روی دیوارها دستکاری تجهیزات و ... جدا خودداری کنید.

۶- به نکات آموزشی و پوسترهایی آموزشی توجه کنید.

- در صورت ابتلا به انواع بیماری های مسری و واگیردار مانند آنفلونزا از حضور بر بالین بیمار خودداری کنید.

رعایت بهداشت تنفسی: استفاده از ماسک - استفاده از دستمال کاغذی در زمان سرفه و عطسه و شستشوی مرتب دستها در زمان آنفولانزا و یا اپیدمی بیماریهای تنفسی

- از استعمال دخانیات در فضای داخلی بیمارستان بخصوص راهرو بخش، راه پله ها و اتاق بیماران خودداری کنید.

- در صورت نیاز به البسه یا ملحفه برای بیمار از خدمه بخش سؤال نمایید و از ورود به لژ تمیز و به هم ریختن قفسه ها و لباسها خودداری کنید.

- البسه و ملحفه کثیف و خونی بیمار را به خدمه بخش تحویل دهید و در سطل زباله و روی زمین نیندازید.

**به منظور کنترل آلودگی صوتی در بیمارستان گوشه همراه خود را در حالت سکوت قرار دهید**

در بیمارستان دو رنگ سطل زباله وجود دارد:

- سطل آبی با کیسه سیاه رنگ و برچسب مخصوص بیمار: مخصوص زباله های عادی شامل: باقیمانده غذا، قوطی کمپوت، پوست میوه، ظروف یکبار مصرف و ... است.

- سطل زرد با کیسه زرد و برچسب عفونی: مخصوص زباله های عفونی است که می تواند باعث انتقال ایدز، هپاتیت و ... شود. شامل: پسماندهای آلوده به خون و ترشحات بیمار