

## تعریف بیمارستان

بیمارستان مهمترین واحد ارائه دهنده خدمات درمانی است تا بیماران، مجروحان و افراد ناتوان مراجعه کننده به آن، درمان شوند.

## بهداشت محیط بیمارستان

بهداشت محیط بیمارستان شامل کلیه اقداماتی است که از انتقال عوامل بیماریزای محیط خارج به داخل بیمارستان و بالعکس جلوگیری می کند.

## نظافت محیط بیمارستان

90% میکرو ارگانیسم ها در جرم های قابل مشاهده وجود دارند و هدف از نظافت روزانه بیمارستان ریشه کنی یا کاهش این جرم ها می باشد . باید توجه داشت در صورت عدم جرم زدایی مکانیکی دترجنت ها و مواد ضد عفونی کننده نمی توانند فعالیت ضد میکروبی خود را بطور مناسب اعمال نماید..

بر این اساس بیمارستانها به سه منطقه تقسیم می شوند:

- 1- مناطقی از بیمارستان ها که تماس با بیمار ندارند ( مثلا ایستگاه پرستاری ، پذیرش ، پویونها و کتابخانه )
  - 2- مکان های نگهداری بیمارانی که عفونی نبوده یا حساسیت بالایی ندارند
  - 3- بخش های ایزوله یا بیماران عفونی شده ، بخش مراقبت های ویژه ، بخش نگهداری نوزادان نارس و بخش دیالیز و اتاقهای عمل .
- لذا جهت جلوگیری از انتقال و انتشار عفونت در بیمارستان بایستی در هر یک از مناطق یاد شده با وسایل جداگانه نظافت گردد.

## دستورالعمل بهداشتی در مورد کد بندی رنگی تی ها و دستمال های نظافت

جدا سازی و تفکیک تی مورد استفاده در بخش ها

1. دسته تی به رنگ سفید : برای استفاده در رختکن و آبدار خانه و ایستگاه پرستاری ( مناطق یک )
2. دسته تی به رنگ آبی : برای استفاده در سالن و اتاق بیماران غیر عفونی ( مناطق دو )
3. دسته تی به رنگ زرد : برای استفاده در اتاق ایزوله - اتاق عمل - اتاق بیماران عفونی - مراقبتهای ویژه و .... ( مناطق سه )

نکات مهم:

- تی مورد استفاده در هر بخش می بایستی بعد از هر بار استفاده، کاملاً شسته شده، ضدعفونی و خشک شود و سپس آویزان شود تا از ایجاد بو جلوگیری به عمل آید.
- از قراردادن تی ها به صورت مرطوب روی زمین خودداری شود.
- نخ تی های مورد استفاده به فاصله هر ۱۵ روز می بایستی تعویض گردد.

دستمال نظافت بخش ها



- ۱) تنظیف سفید: ایستگاه پرستاری - آبدارخانه - اتاق استراحت - قسمتهای اداری
- ۲) تنظیف آبی: تخت بیماران - صندلی بیماران - تلفن - تابلوها، تلویزیون و یخچال ها  
درب، دستگیره و شیشه ها - تجهیزات پزشکی
- ۳) تنظیف زرد: جهت نظافت وسایل موجود در اتاق ایزوله و عفونی استفاده می شود.

جمع آوری پسماندهای بیمارستانی



- ۱) سطل آبی با کیسه زباله مشکی: برای پسماندهای عادی و غیر عفونی
- ۲) سطل زرد با کیسه زباله زرد: برای پسماندهای عفونی
- ۳) سطل سفید با کیسه زباله سفید: برای پسماندهای دارویی و شیمیایی
- ۴) سفتی باکس: برای پسماندهای تیز و برنده
- ۵) باکس کاغذی زرد: برای کاغذهای باطله



نوشتن نام بخش و تاریخ روی سفتی باکس و نوشتن نام بخش - شیفت کاری و تاریخ روی کیسه زباله های زرد رنگ الزامی است

### زمان جمع آوری پسماندهای بیمارستان

#### پسماندهای عفونی و غیر عفونی

- ۱- پسماندهای عفونی و غیر عفونی در بخش یا واحد در پایان شیفت کاری یا زمانیکه ۳/۴ از حجم ظرف پر شده باشد جمع آوری می گردد.
- ۲- سطل زباله موجود در بخشها بایستی در مواقع زیر حتماً شسته و ضدعفونی گردند:  
الف- زمانی که کیسه زباله نشت داشته باشد . ب - زمانی که کثیف بودن ظرف قابل مشاهده باشد . ج - در صورت عدم وقوع موارد الف و ب طبق برنامه بخش شسته و ضدعفونی گردد . برای ضدعفونی کردن سطل زباله از محلول وایتکس ( با رقت ۱ لیتر وایتکس با ۵۰ لیتر آب ) استفاده گردد . و حداقل ۱۰ دقیقه با محلول تماس داشته باشد.

توجه: در هنگام جمع آوری و حمل و نقل زباله ها رعایت نکات زیر الزامی است

- ۱) استفاده از دستکش کار در هنگام جمع آوری زباله ها
- ۲) در صورت عدم وجود کیسه زباله مقاوم از دوکیسه هم رنگ داخل یکدیگر استفاده شود.
- ۳) درب کیسه ها بعد از پر شدن بسته شود.
- ۴) از فشردن کیسه های زباله جهت کاهش حجم اکیدا خودداری شود.
- ۵) پس از جمع آوری زباله ها به وسیله ترالی به جایگاه موقت حمل و درب ترالی حتماً بسته باشد.
- ۶) از ریختن زباله یا شیرابه آن در هنگام حمل زباله خودداری شود.

### پسماندهای تیزو برنده

سفتی باکس‌ها زمانی که ۳/۴ از حجم آن پر شده یا ۵ روز از تاریخ روی سفتی باکس گذشته باشد جمع آوری شده و بعد از بستن درب آن به جایگاه زباله انتقال می‌یابد.

### پسماندهای دارویی و شیمیایی

پسماندهای دارویی و شیمیایی زمانیکه ۳/۴ از حجم ظرف پر شده باشد یا یک هفته از تاریخ روی آن گذشته باشد جمع آوری و بعد از بستن درب کیسه زباله به جایگاه زباله انتقال می‌یابد.

### باکس کاغذهای باطله

بعد از پر شدن ۳/۴ از حجم باکس جمع آوری شده بعد از بستن درب کیسه زباله به محل قرار گیری کاغذهای باطله انتقال می‌یابد.

### نحوه انتقال پسماندهای بخش یا واحد به جایگاه زباله

بعد از جمع آوری تمامی پسماندها ( عفونی - غیر عفونی - سفتی باکس - دارویی و شیمیایی ) از بخش یا واحد به منظور جلوگیری از ریزش شیرابه پسماند در مسیر انتقال ، آنرا درون باکس حمل زباله قرار داده و به جایگاه زباله انتقال می‌یابد.

بعد از جمع آوری باکس کاغذ باطله از بخش یا واحد به محل نگهداری کاغذهای باطله انتقال می‌یابد.

### نحوه قرارگیری پسماندها در جایگاه زباله



بعد از انتقال کلیه پسماندها به جایگاه زباله پسماندهای عفونی در باکس زرد و پسماندهای دارویی و شیمیایی را در باکس زرد انتهای جایگاه و پسماندهای غیر عفونی در باکس سرمه ایی و سفتی باکس ها در انتهای جایگاه روی زمین قرار میگیرد.

### دستورالعمل بهداشتی در مورد شستشوی بخش ها

حمام ها ، سینک ها ، محل شستن دستها و شیرآلات



به صورت روزانه تمیز شوند و جهت نظافت روتین از دترجنت (پاک کننده) و از محلول وایتکس ۰.۵٪ ( ۱ لیتر وایتکس در ۱۰ لیتر آب) استفاده شود. در هنگام شستشو ، کلیه شیرآلات ، دوش و اتصالات شستشو شوند. همچنین جهت شستشو از برس نایلونی مخصوص حمام استفاده شود.

سنگ توالت و کف توالت



بصورت روزانه نظافت شوند و برای نظافت روتین از دترجنت و محلول وایتکس ۰.۵٪ ( ۱ لیتر وایتکس در ۱۰ لیتر آب ) استفاده شود. جهت نظافت می توان از برس نایلونی و تی پلاستیکی مخصوص توالت استفاده شود.

توجه:

**در هنگام کار از لباس مناسب ، دستکش ، ماسک و چکمه استفاده شود.**

کف زمین:



در هر شیفت با استفاده از تی های نخی و به صورت حرکت مارپیچی از داخل اتاق به سمت بیرون و با محلول آب و دترجنت ( پاک کننده) نظافت شود و در صورتی که نیاز به ضد عفونی کردن باشد وایتکس ۰.۵٪ ( ۱ لیتر وایتکس در ۱۰ لیتر آب ) استفاده گردد.

کلیه کفشورهای موجود در قسمتهای مختلف بایستی مجهز به توری بوده و این توریها روزانه نظافت شوند.



پرده ها:

پرده های پارچه ای طبق برنامه نظافت بخش یا واحد با دترجنت ( مواد پاک کننده ) و آب شسته شود . پرده های کرکره ای طبق برنامه نظافت بخش با دستمال محتوی دترجنت ( مواد پاک کننده ) گرد و غبار آن بر طرف شود و هر ۳ ماه به طور کامل با آب و دترجنت ( پاک کننده ) شسته و نصب شود.

پرده ها ، قاب ها و تلویزیون

با دستمال مرطوب طبق برنامه نظافت بخش گردگیری و نظافت شود و در صورت وجود آلودگی قابل رویت با دترجنت ( پاک کننده ) نظافت شوند.

توجه:

**مواد شوینده و پاک کننده نظیر آب ژاول ، پودر رخشا و .... را به هیچ عنوان با جرم گیر مخلوط ننمایید.**

یخچال ها:



طبق برنامه نظافت بخش یا واحد برفک یخچال را آب نموده و با آب داغ و ماده دترجنت ( مواد پاک کننده ) داخل و قسمت بیرونی آن شستشو شود .

قفسه ها وطاقچه ها:

طبق برنامه نظافت بخش یا واحد با دستمال مرطوب گردگیری شوند. نیازی به ضدعفونی نیست مگر این که با خون و مایعات عفونی بدن آلوده شده باشند یا در نواحی که کارهای بالینی انجام می شود.

**توجه:**

**محلول آب و وایتکس جهت ضدعفونی کف و سایر سطوح بایستی به صورت روزانه تهیه شود.**

آب سرد کن و درهای شیشه ای:

آب سرد کن ها روزانه با استفاده از آب و ماده دترجنت ( مواد پاک کننده ) و محلول آب و وایتکس ۰.۵٪ ( ۱ لیتر وایتکس در ۱۰ لیتر آب ) نظافت و ضدعفونی شود. درهای شیشه ای با استفاده از شیشه پاک کن و در صورت آلودگی قابل رویت با استفاده از آب و ماده دترجنت ( مواد پاک کننده ) نظافت گردد.

**توجه:**

**در هنگام رقیق سازی محلول ها همیشه باید محلول غلیظ به آب اضافه شود. و از اضافه کردن آب به محلول غلیظ خوداری شود.**



## ظرف صابون مایع:



بعد از اتمام صابون مایع موجود در ظرف، جا صابونی را از محل خود بیرون آورده و بعد از شستن، به وسیله محلول آب و وایتکس ۰.۵٪ (۱ لیتر وایتکس در ۱۰ لیتر آب) ضدعفونی شود، سپس آبکشی و خشک شود. جا صابونی را مجدداً تا نیمه پر از صابون مایع کرده و در جای خود قرار دهید.

در صورتی که هنگام استفاده از صابون مایع اطراف صابون مایع و رو شویی آلوده به قطرات صابون گردید بایستی روزانه تمیز و صابون های اضافی آن پاک گردد.

**توجه:** از پر کردن مجدد ظرف صابون مایع بدون شستن و ضدعفونی کردن آن پرهیز نمائید.

**هنگامی که پرسنل با هر گونه آسیب پوستی از قبیل فرو رفتن اجسام نوک تیز و برنده و پاشیدن ترشحات خونی به چشم ..... مواجه شدند بایستی هر چه سریعتر به پرستار کنترل عفونت مراجعه نمایند.**

## توجه:

- در صورتی که آسیب پوستی در شیفتهای عصر و شب یا روز تعطیل افتاد حتماً مسئله را به مسئول شیفت اطلاع دهند تا ایشان به سوپروایزر کشیک اطلاع رسانی نمایند.
- واکسیناسیون هپاتیت B را جدی گرفته و در صورتیکه واکسن Hb دریافت نکرده اند برای دریافت معرفی نامه به واحد کنترل عفونت مراجعه نمایند.
- پس از گرفتن دفترچه بیمه جهت انجام تیتراژ Ab هپاتیت به کنترل عفونت مراجعه نمایند.

### ایمنی پرسنل خدماتی جهت استفاده از مواد گندزدا

- کاربرد هر ماده شیمیایی گندزدا می بایستی مطابق دستورالعمل انجام شود.
- تماس پوست با محلول غلیظ موجب سوختگی شدید خواهد شد.
- استفاده از وایتکس غلیظ باعث بروز واکنش‌های حساسیتی در پرسنل - کودکان و نوزادان خواهد شد
- در هنگام کاربرد محلول رقیق تهیه شده باید از پوشش مناسب صورت استفاده شود.
- در صورت تماس مواد گندزدا با چشمها ، چشمها باید به مدت ۱۰ دقیقه در آب سرد باز نگهداشته شود.

**پرسنل باید پس از اتمام کار دستهای خود را شستشو دهند.**

### لوازم حفاظت فردی

- ✓ ماسک محافظ شیمیایی - بیولوژیکی - مکانیکی
- ✓ دستکش محافظ شیمیایی - بیولوژیکی - مکانیکی
- ✓ لباس کار مناسب
- ✓ گان
- ✓ روکفشی
- ✓ شیلد محافظ صورت

**پرسنل خدمات جهت حفظ سلامتی خود و اطرافیان و رعایت بهداشت فردی ، لباس های کار خود را شسته و از انتقال آن به منزل خودداری نمایند.**

## دستورالعمل رقیق کردن آب ژاول

مقدار آب بر حسب لیتر	مقدار آب ژاول بر حسب لیتر	رقت مورد نیاز
۵	۱	٪ ۱
۵۰	۱	٪ ۰.۱
۱۰	۱	٪ ۰.۵

توجه: دستورالعمل فوق جهت آب ژاول با کدر ۵٪ می باشد.

## پاشیده شدن خون و مواد آلوده بدن در محیط

به دنبال ریخته شدن موادی مانند ادرار یا غذا، پاک کردن آن محل با آب و یک ماده دترجنت معمولاً کافی است ولی اگر ترشحات، حاوی ارگانیزم های بالقوه خطرناک باشند باید از یک ماده گندزدا استفاده کرد. برای پاک کردن ترشحاتی که از آلودگی آنها مطمئن هستیم باید همیشه دستکش یک بار مصرف پوشید و اگر خطر آلودگی لباس نیز وجود دارد بایستی از آپرون پلاستیکی (یک بار مصرف) استفاده گردد. در صورت پاشیده شدن خون و مایعات آلوده به خون در محیط (به دلیل احتمال آلودگی با عوامل بیماری زا منتقله از راه خون مانند HIV.....)

توصیه می شود که:

- ۱- دستکش و در صورت لزوم سایر محافظ ها پوشیده شود (رعایت احتیاطات استاندارد).
  - ۲- خون و مواد آلوده با دستمال یک بار مصرف جمع آوری و پاک شود. ( دستمال یک بار مصرف به دستمال کاغذی و یا ساخته شده از الیاف پنبه گفته می شود که فقط یک بار مورد استفاده قرار گرفته و سپس همانند دیگر زباله ها از بین می رود).
  - ۳- محل مورد نظر با آب و دترجنت (صابون) شسته شود.
- با محلول هیپو کلریت سدیم ( آب ژاول خانگی، وایتکس ) گندزدایی شود اگر سطح آلوده شده صاف باشد از رقت ۱ درصد ( ۱ لیتر وایتکس در ۵ لیتر آب ) و در صورت داشتن خلل و فرج از رقت ۵ درصد ماده گندزدا استفاده می شود. ذکر این نکته ضروری است که مایع ضد عفونی کننده بایستی بطور صحیح و دقیق رقیق شده و برای هر بار استفاده بصورت تازه تهیه گردد.

توجه: در صورتی که مقدار زیاد خون یا مایعات آلوده به خون در محیط ریخته شده (بیشتر از 30 سی سی) یا اگر خون و سایر مایعات محتوی شیشه شکسته با اشیاء نوک تیز باشند باید:

- ۱- پارچه یکبار مصرف روی آن پهن نمود و موضع را پوشاند.
- ۲- روی آن محلول هیپوکلریت سدیم با رقت 5 درصد ریخت و حداقل 10 دقیقه صبر کرد
- ۳- بادستمال یک بار مصرف آن را جمع کرد با آب و دترجنت محل را پاک و تمیز نمود.
- ۴- با محلول هیپو کلریت سدیم (آب ژاول) گندزدایی انجام شود. (مانند شرح قبلی)

#### نکات بهداشتی که پرسنل خدمات باید به آن توجه نمایند

- ۱- لباس های کار بایستی در بیمارستان شسته و نگهداری شده و از بردن آنها به منزل اکیداً خودداری گردد.
- ۲- برای تمیز کردن استیشن، اتاق بیماران، یخچال پرسنل، و کلیه نقاط کثیف و تمیز از دستمالهای جداگانه استفاده شود. دستمالها باید پس از هر بار استفاده، شستشو و کاملاً خشک شوند.
- ۳- از دست زدن به نقاط تمیز مثل تلفن، استیشن، داخل یخچالها و .... با دستکش یا دست آلوده اکیداً خودداری گردد، چون باعث ایجاد بیماری در تمامی پرسنل میشود.
- ۴- برای جمع آوری زباله و شستشوی توالتها بایستی از دستکش مخصوص استفاده شود.
- ۵- در هنگام کار از لباس کار مناسب و دستکش و در هنگام شستشوی سرویسهای بهداشتی حتماً از چکمه استفاده گردد.
- ۶- کلیه وسایل شخصی بایستی در کمد لباس مخصوص قرار داده شده و از قرار دادن این وسایل در سایر قسمتهای بخش خودداری گردد.
- ۷- تلفن های همراه می تواند عامل انتقال عوامل بیماری زا و آلودگی باشند که راه مقابله با آن رعایت موارد کنترل عفونت و شستن دستها است.

#### سطوح خدماتی به دو دسته تقسیم می شوند

- سطوحی که کمترین تماس دست با آنها وجود دارد (مثل کف و سقف): هنگام وجود آلودگی یا لکه ترشحات و نیز هنگامی که بیمار از مرکز مرخص می شود، به انجام نظافت به طور منظم نیاز دارد (کف حداقل در هر شیفت کاری یک بار نظافت شود)
- سطوحی که دست به طور مکرر با آنها در تماس است (مانند دستگیره درب ها، نرده های تخت ها، کلید های برق، دیوارهای اطراف دستشویی در اتاق بیمار و حاشیه پاراوان ها)

نکاتی در خصوص نظافت سطوح خدماتی

- ✓ مناطق خشک ، موقعیت مناسبی برای دوام و ماندگاری کوکسی های گرم مثبت و ذرات گرد و غبار موجود بر روی سطوح فراهم میکند
- ✓ مناطق مرطوب ، محیط مناسبی برای رشد و دوام باسیل های گرم منفی به شمار می آیند .
- ✓ اکثر سطوح خدماتی را با توجه به ماهیت سطح و نوع و درجه آلودگی آن می توان به وسیله آب و دترجنت و یا با یک ماده گندزدا تمیز کرد .
- ✓ جداول زمان بندی و روش های انجام نظافت و ضد عفونی بر اساس بخش های مراکز درمانی ، باید تنظیم گردد .
- ✓ عمل حذف واقعی آلودگی از طریق پاک کردن با دستمال یا برس زدن به همراه مواد شوینده و گندزدا انجام می شود .
- ✓ تمیز کردن آلودگی قابل رویت بر روی دیوارها ، در چهار چوب آن ، پرده ها و پنجره ها تاکید میگردد .
- ✓ تحقیقات نشان میدهند که ضد عفونی کردن کف اتاق ها مزیتی به نظافت به وسیله آب و پاک کننده ها به طور منظم نداشته و تاثیر خاصی بر روی عفونت های بیمارستانی ندارد.
- ✓ سطل های حاوی مواد اغلب در حین نظافت آلوده می شوند و استفاده از این محلول ها باعث می شود انتقال میکروارگانیسم ها به محیط افزایش یابد بنابراین محلول های نظافتی باید مرتباً تعویض شوند.
- ✓ پارچه و سایر ابزار زمین شوی به ویژه آنهایی که در محلول پاک کننده آلوده به صورت غوطه ور رها شده باشند از دیگر منابع آلوده کننده می باشند .
- ✓ جهت جلوگیری از آلودگی های باکتریال محلولهای پاک کننده و ضد عفونی کننده سطوح که نیاز به رقیق سازی دارند باید تازه و به صورت روزانه تهیه گردد و از نگهداری آنها برای روز بعد خودداری گردد.
- وسایل نظافت از جمله تی ها ، سطل ها و پارچه ها جهت کار برد در مناطق مختلف کد بندی شده باشند.