



کتابچه راهنما و علائم تصویری استفاده از وسایل حفاظت فردی

تهیه و تنظیم : فاطمه فارسی

کارشناس بهداشت حرفه ای

سال 1405

فهرست

| | |
|---------|---|
| 3..... | مقدمه : |
| 3..... | اصطلاحات و تعاریف |
| 4..... | طبقه بندی انواع وسایل حفاظت فردی |
| 5..... | وسایل حفاظت فردی در بیمارستان |
| 13..... | روش استاندارد پوشیدن و در آوردن وسایل حفاظت فردی |
| 16..... | راهنمای تصویری استفاده از وسایل حفاظت فردی در مقابله با بیماری های عفونی |
| 18..... | راهنمای تصویری استفاده از وسایل حفاظت فردی بخش های درمانی مرکز آموزشی درمانی بوستان |
| 19..... | لیست وسایل حفاظت فردی بخش آزمایشگاه مرکز آموزشی درمانی بوستان |
| 20..... | لیست وسایل حفاظت فردی بخش تغذیه مرکز آموزشی درمانی بوستان |
| 21..... | لیست وسایل حفاظت فردی بخش رادیولوژی و سی تی اسکن مرکز آموزشی درمانی بوستان |
| 22..... | لیست وسایل حفاظت فردی واحد تاسیسات مرکز آموزشی درمانی بوستان |
| 23..... | لیست وسایل حفاظت فردی واحد لاندری مرکز آموزشی درمانی بوستان |
| 24..... | لیست وسایل حفاظت فردی واحد امحا زباله مرکز آموزشی درمانی بوستان |

مقدمه:

خطرات به اشکال مختلف همچون لبه های برنده، سقوط اجسام، پرتاب گدازه ها، مواد شیمیایی، صدا و شرایط نا ایمن در محیطهای کاری وجود دارند. مطابق قوانین، کارفرمایان ملزم به حفاظت از کارکنان خود در برابر مخاطراتی هستند که قادر به آسیب رسانی به آنها می باشند. آسیبهای جانی ناشی از حوادث کاری علاوه بر رنج کارگران باعث هزینه هائی همچون هزینه های پزشکی، اتلاف زمان کار، کاهش بهره وری، هزینه های جایگزینی کارگر و افزایش بالقوه هزینه های بیمه می شود. به منظور کنترل مخاطرات و آسیبهای ناشی از آنها، بطور معمول مؤثرترین اقدام، کنترل آنها در منبع می باشد. بسته به شرایط محیط کار و خطر، باید با استفاده از راهکارهای مهندسی و کنترل های اجرائی، خطر را تا بیشترین حد ممکن حذف یا مدیریت نمود. قرار دادن یک مانع یا حفاظ بین خطر و کارگر نمونه ای از کنترل مهندسی و تغییر روش انجام کار توسط کارگر کنترلی اجرائی است. زمانی که اقدامات مهندسی و اجرائی امکانپذیر نبوده یا برای حفاظت، کافی نباشند، کارفرمایان باید وسایل حفاظت فردی را برای کارکنان خود به منظور پیشگیری از صدمات، بیماری ها و مرگ ناشی از مخاطرات محیط کار تأمین نموده و از کاربرد این وسایل توسط کارکنان خود مطمئن شوند. وسایل حفاظت فردی، تجهیزاتی هستند که با استفاده از آنها مواجهه با خطر به حداقل می رسد و نقش آنها کاستن یا حذف آسیبه و بیماریهای ناشی از خطر می باشد. وسایل حفاظت فردی نباید به عنوان جایگزین کنترلهای مهندسی و اجرائی استفاده شوند بلکه باید همراه با آنها به عنوان راهکار مکمل بکار روند. استفاده از این وسایل نیازمند آگاهی از خطر و آموزش کاربران آنها است. کارگران باید بدانند که این وسایل خطر را حذف نمی کنند بلکه مواجهه با آن و پیامدهای ناشی از آن را از بین برده یا می کاهند. این وسایل پس از تهیه، باید در مکان مناسب و قابل دسترس، نگهداری و در مواقع لازم از آنها استفاده شود. کارگران نباید با این توجیه که این وسایل نامناسب بوده یا راحت نیستند، آنها را برداشته یا جایگزین نمایند.

اصطلاحات و تعاریف

خطر: به شرایط یا اعمال ناایمن یا خطرناک بالفعل (یا بالقوه) گفته می شود که توسط فرد یا ترکیبی از شرایط به وجود می آید و می تواند موجب جراحت، بیماری، یا مرگ کارگر و همچنین آسیب مالی شود.

وسيله حفاظت فردی (PPE) وسیله ای که توسط کارگر پوشیده یا مورده استفاده قرار می گیرد تا از او در برابر خطرات محیط کار محافظت نماید. نمونه هائی از این وسایل عبارتند از: عینکهای ایمنی، شیلدهای صورت، رسپراتورها، گوشیها، کلاههای ایمنی، دستکشها، کفشهای ایمنی و...

رسپراتور: وسیله حفاظتی است که بینی و دهان یا کل سر یا صورت را می پوشاند تا فرد را در مقاب با اتمسفر خطرناک حفاظت نماید.

کلاه لبه دار: وسیله ای که سر فرد را پوشانده و از برخوردها و ضربات محافظت می کند. این کلاه علیرغم داشتن نقش حفاظتی سر اما قادر به تأمین کلیه الزامات کلاه ایمنی نیست.

شیلد (حفاظ) صورت: وسیله ای که جلوی چشمها و بخشی از صورت یا کل آن را می پوشاند و وظیفه اصلی محافظت از چشمها و صورت را دارا است.

عینک حفاظتی (گاگل): عینکهای برجسته با لنزهای شیشه ای یا پلاستیکی که بر روی چشمها قرار می گیرند و توسط یک سربند یا وسیله دیگر در جای خود محکم نگه داشته می شوند تا از خود چشم و حدقه آن در برابر خطرات محافظت نمایند.

برگه اطلاعات ایمنی مواد شیمیائی (MSDS): یک ابزار اطلاع رسانی است که توسط تولید کننده گان مواد شیمیائی تهیه می شود. MSDS حاوی برخی اطلاعات مفید در مورد مواد شیمیائی خطرناک است که عبارتند از: شناسه ها و مترادفهای ماده، اجزاء خطرناک (برای ترکیبات مخلوط)، داده های فیزیکی، داده های مربوط به اشتعال و انفجار، داده های مربوط به سمیت، اثرات بهداشتی و کمک های اولیه، واکنش پذیری، فرآیندهای انبار و امحاء، فرآیندهای مربوط به نشتی یا پاشش ماده و وسایل حفاظتی برای آن ماده.

طبقه بندی انواع وسایل حفاظت فردی

طبقه بندی وسایل حفاظت فردی از دیدگاه های مختلف انجام شده است که شاید بهترین و جامع ترین طبقه بندی براساس هضو یا سیستم بدن انسان است. البته در این طبقه بندی برای برخی از وسایل حفاظت فردی مثل کمربندها و طناب های ایمنی نمی توان بر اساس اعضای بدن گروه مستقلی در نظر گرفت و معمولاً آنها را در یک گروه به عنوان سایر وسایل حفاظت فردی قرار می دهند. بر اساس جمع بندی کلی می توان وسایل حفاظت فردی را در گروه های زیر طبقه بندی نمود:

الف - حفاظت تنفسی: مثل ماسکهای یکبار مصرف، کارتریج دار، هوارسان، نیم صورت یا تمامصورت و...

ب - حفاظت چشم: مثل انواع گاگل ها، عینکها، شیلدها، آفتابگیر (ویزور) و...

ج - حفاظت شنوائی: مثل پلاگهای توگوشی و گوشیها

د - حفاظت دست: مثل دستکش ها، کرمها و...

ه - حفاظت پا: مثل کفش ها، پوتین ها و...

و - حفاظت سر: مثل انواع کلاه ها، سربندها، هودها و...

ز - حفاظت از سقوط: مثل انواع کمربندها، مهارها و...

ح - حفاظت از پوست: انواع البسه کار، کلاههای لبه دار، کرمها و...

ط - سایر وسایل حفاظتی: انواع وسایلی که در گروههای فوق قرار نمی گیرند و برای کارهای خاص مثل کار در محیط سرد یا گرم در نظر گرفته می شوند



وسایل حفاظت فردی در بیمارستان

لباس کار و پیش بند

باید برای انتخاب لباس، مخاطرات نیروی کار ارزیابی و این لباس به گونه ای طراحی شود که ایمنی کافی در مقابل آن مخاطرات ایجاد نماید.

گان

برای حفاظت از پوست و جلوگیری از آلوده شدن لباس ها طی انجام پروسیجرهایی که احتمال پاشیده شدن خون یا ترشحات بدن وجود دارد، باید از گان تمیز و استریل استفاده کرد.



- نوع گان انتخاب شده بستگی به میزان مایعی که احتمال مواجهه با آن می رود را دارد.
- گان باید یکبار مصرف و یا از جنس قابل شستشو باشد
- آستین گان باید بلند و مچ آن کش دار باشد.
- گان باید یقه بسته باشد به باز و یقه هفت نباشد.
- اندازه گان باید مناسب باشد و نواحی موردنیاز بدن را بپوشاند بلندی گان باید تا زیر زانو باشد.
- گان باید ضد آب باشد و در غیر این صورت باید یک پیش بند پلاستیکی روی آن پوشیده شود.

- در صورت آلودگی قابل مشاهده بلافاصله تعویض شود.
- برای حفاظت از غشای مخاط بینی و دهان در طی انجام پروسیجر های که احتمال پاشیدن خون مایعات و ترشحات بدن وجود دارد، لازم است از ماسک استفاده شود گان قبل از در آوردن دستکش خارج شود.



کلاه ایمنی (Helmet)

حفاظت کارگران از آسیب های بالقوه وارده به سر یک بخش اصلی از هر برنامه ایمنی است. آسیب سر می تواند باعث معلولیت یک عمر کارگر و یا حتی منجر به مرگ او شود. استفاده از یک کلاه ایمنی () Helmet یا یک کلاه محکم (Hard Hat) ساده ترین روش ها برای حفاظت سر کارگر از آسیب است. کلاه های ایمنی محکم می توانند کارگران را از خطرات برخورد، نفوذ، شوک الکتریکی و سوختگی محافظت نمایند. آسیب های وارده به سر در محیط کار می تواند در موارد زیر رخ دهد:

- برخورد یا سقوط اجسام بر روی سر
- برخورد سر با اجسام ثابت مثل لوله ها و تیرک ها
- برخورد یا تماس تصادفی سر با منابع ایجاد خطر (شوک) الکتریکی
- گیر کردن و کشیده شدن موها بداخل دستگاه ها توسط قطعات گردنده یا متحرک
- کارکنانی که در مواجهه با خطر سقوط یا پرتاب شیئی روی سرشان هستند باید از کلاه ایمنی استفاده نمایند
- وزن کلاه ایمنی بطور کامل نباید از 400 گرم تجاوز نماید
- کلاه باید از مواد غیر قابل احتراق ساخته شده و در مقابل جریان برق عایق باشد
- به منظور حفاظت سر، صورت، پشت و گردن دور تا دور کلاه ایمنی باید لبه دار باشد
- برای کار در فضای نسبتا کوچک و تنگ کلاه باید کوتاه بوده و در صورت لزوم فاقد لبه باشد
- کلاههایی که در فضای خیلی مرطوب مورد استفاده قرار میگیرند باید از نظر رطوبت غیر قابل نفوذ باشند
- نوارها و چرم داخل کلاه باید به سهولت قابل تعویض باشند
- جهت استفاده از کلاه ایمنی که متعلق به شخص دیگری بوده باید قبلا داخل آن ضد عفونی گردد و در صورت لزوم چرم و نوارهای داخل آن تعویض شود
- سربند کارکنانی که در مقابل آتش و یا جرقه و یا مواد مذاب یا امثال آن کار میکنند باید از جنسی تهیه شده باشد که به آسانی مشتعل نگردد و در مقابل شستن و ضد عفونی کردن به وسیله ترکیب صنعتی مقاومت کافی داشته باشند

حفاظ گوش

به طور کل دو گروه از وسایل حفاظت شنوایی وجود دارند که عبارتند از:



حفاظ تو گوش:

این نوع حفاظها، در داخل گوش یا روی گوش بیرونی، به طور کامل فیت قرار می گیرند. در بعضی از اوقات، به منظور جلوگیری از گم شدن این نوع حفاظ ها، به وسیله بندی، به دور گردن آویخته می شود. این نوع حفاظها را می توان به صورت استفاده دائم (نامحدود)، به صورت یکبارمصرف یا به صورت قابلیت استفاده مجدد، بکار گرفت. در نوع یکبار مصرف آنها که معمولاً ایرپلاگهای شکل پذیر هستند، از کتان موم دار، فوم، لاستیک سیلیکونی یا پشم فایبرگلاس ساخته می شوند. این نوع حفاظهای توگوشی، شکل پذیر و قابل اتساع بوده و قبل از استفاده لوله شده و در داخل مجرای گوش قرار می گیرند و با انساط حجمی که پیدا می کنند، بطور کامل مجرای گوش را می بندند. رعایت بهداشت فردی در استفاده از این وسایل، الزامی است



حفاظ روگوشی:

این نوع حفاظها به طور معمول، از جنس پلاستیکی سخت می باشد که به شکل فنجان، بیرون یا اطراف گوش را می پوشاند. این نوع حفاظها از طریق یک بالشک (پر شده از فوم پلاستیکی یا مایع لزج)، از نفوذ صدا به داخل گوش جلوگیری میکند در داخل قسمت فنجان شکل حفاظ، از مواد جاذب صدا (فوم نرم پلاستیکی) پر شده است. آنها می توانند به طور مجزا یا همراه با کلاه های ایمنی (نصب شده بر روی هلمت) و یا به صورت تجهیزات ارتباطی، ساخته و استفاده شوند. این نوع حفاظ علاوه بر کاهش انتقال صدا از طریق مجرای شنوایی، از طریق استخوانهای اطراف لاله گوش نیز انتقال صدا را کاهش می دهد. موی صورت، موی بلند، عینک، حرکات صورت مثل جویدن غذا مواردی هستند که ممکن است ارزش حفاظتی این گوشه ها را کاهش دهد.

عینک حفاظتی

برای افراد در مواجهه با خطراتی که پتانسیل آسیب رسانی به چشم و صورت را دارند، باید حفاظت کافی فراهم شود. مهمترین این خطرات عبارتند از:

- ذرات معلق
- پاشش فلزات مذاب
- مایعات شیمیایی
- اسیدها یا مایعات سوزاننده
- گاز یا بخارات شیمیایی
- تابش نور مضر یا هرگونه نوری که توانایی آسیب رسانی به چشم ها را داشته باشد مانند لیزر، تابشهای فروسرخ یا فرابنفش
- ریختن، ترشح یا پاشش خون و دیگر مایعات بدن با پتانسیل عفونت زائی

انواع عینک ها :

عینک های ایمنی / گاکل در حفاظت چشم و همچنین کاسه چشم و اطراف آن در برابر ضربه ، غبار ، پاشش مواد و مایعات

شیمیایی موثر می باشد



سپر های جانبی (مانند سپر جانبی لغزنده یا بالا رونده) به منظور حفاظت در برابر اشیاء پرتاب شده

شیلد صورت : حفاظت چشم ها و کل صورت در برابر ذرات پرتاب شده ، جرقه های فلزی و ریختن یا پاشش مایعات شیمیایی یا

بیولوژیکی

نکته :



فقط باید بر روی عینک های حفاظتی اولیه ، عینک ها یا گاکل ها پوشیده شود .

عینک و شیلد جوشکاری :

حفاظت در برابر سوختگی نور تابشی یا پرتو مادون قرمز ، جرقه های پرتاب شده ، پاشش فلز و تراشه سرباره ناشی از :



جوشکاری

لحیم کاری

جوشکاری مقاومتی



جوشکاری قوس الکتریکی

عملیات جوشکاری و برش کاری اکسی استیلن

دستکش



➤ مچ آستین گان را پوشانند.

➤ فقط یک بار استفاده گردد.

➤ در صورت پارگی و آلودگی قابل مشاهده تعویض گردد.

➤ بین هر بار انجام مراقبت از بیماری که حامل میکروارگانسیم هاست، تعویض شود.

➤ پس از استفاده و پیش از ارائه مراقبت به بیمار دیگر، باید خارج و بلافاصله دست ها شسته شود تا از انتقال میکروارگانسیم ها به

محیط یا سایر بیماران جلوگیری شود.

➤ اگر در حین عمل، دستکش ها سوراخ شوند، باید بلافاصله تعویض شوند.

➤ در موارد خاص توصیه می شود برای رعایت احتیاط های عمومی (precautions universal) دو جفت دستکش پوشیده

شود.

➤ اگر پرسنل بعد از کار کردن روی یک موضع جراحی بخواهند بر روی موضع دیگری کار کنند باید دستکش های خود را

عوض کنند.

➤ ترجیحاً در هنگام عمل جراحی باید دستکش به روش استریل و بسته پوشیده شود.

انواع دستکش ها :

| | | | |
|---|--|--|---|
|  | دستکش جوشکاری |  | دستکش لاتکس معمولاً این دستکش ها برای محیط های آشپزی، آزمایشگاهی و معایناتی که نیاز به انجام کار دقیق با دست است، مناسب می باشد. |
|  | دستکش برش کاری پیشگیری از صدمات دست |  | دستکش نیتریل افرادی که به لاتکس و یا پودر حساسیت دارند می توانند از دستکش نیتریل استفاده کنند که از لاستیک مصنوعی ساخته شده و پودر ندارد. |
|  | دستکش کار |  | دستکش سربی |
|  | دستکش عایق برق هنگام کار با ولتاژهای بالا و تعمیرات قطعات الکتریکی |  | کار با مواد شیمیایی |

ماسک های حفاظتی تنفسی :

ماسک وسیله محافظ دستگاه تنفس است که برای ایجاد فضایی محفوظ، با حداقل درز به روی صورت استفاده کننده به کار می رود

ماسک کامل: پوششی است بر روی تمام صورت که چشم، بینی، دهان و چانه را می پوشاند.



نیم ماسک: پوششی است مقابل صورت، که دهان، بینی و چانه را می پوشاند.

ربع ماسک: پوششی است مقابل صورت که فقط دهان و بینی را می پوشاند.

نیم فیلتر ماسک: ماسکی است که کل یا قسمت اعظم آن را فیلتر تشکیل می دهد و دهان و بینی و در حد امکان چانه

را نیز می پوشاند.

حفاظ پا :

حفاظهای پا در طرحها و جنس های مختلف تولید و عرضه می شوند به عنوان مثال: انواع کفش ها، چکمه های (پوتین های) ساق کوتاه، پوتین های ساق بلند، چکمه های زانوئی، چکمه های بالاتر از زانو و Waders تا بالاتر از سینه (مخصوص کار در محیط خیس)

در انتخاب و استفاده از حفاظ های ایمنی پا، به فاکتور راحتی کاربر توجه شود. بطور کل، حفاظهای پا باید منعطف، مقاوم در برابر آب و عرق گیر باشند. کفی نرم کفش باعث ایستادن راحت تر می شود.

حفاظ پا را قبل از استفاده از لحاظ پارگی، پوسیدگی و درزهای باز، بازرسی کنید بندهای پاره را عوض کنید، مواد جمع شده در عاج های کف کفش را بردارید

انواع کفش های ایمنی :

کفش های ایمنی تقویت شده با فولاد

حفاظت پا در برابر خطرات رایج ماشین آلات :

سقوط اشیاء

غلطیدن اشیاء

بریدگی ها

سوراخ کردن



چکمه های ایمنی (پوتین)

حفاظت بیشتر نسبت به کفش ها در برابر پاشش یا ریزش مواد مذاب یا خطر الکتریسیته مواد شیمیایی _ خورنده ، سوزاننده ، روغن های برش ، فرآورده های نفتی مواد مذاب

الکتریسیته _ نارسانا چکمه های (پوتین) مخصوص کار با برق _ هیچ ماده هادی در ساختار این چکمه ها بجز پنجه فولادی آنها (که آن هم بخوبی عایق شده) وجود ندارد
رسانای الکتریکی جلوگیری از ایجاد الکتریسیته ساکن و اتصال زمین شدن کارگران (مورد استفاده در تاسیسات تولید مواد قابل انفجار ، بالابر غلات و محیط های دارای پتانسیل اتمسفر انفجاری)



نکته :

اصولا وسایل حفاظت فردی شخصی بوده باید به موقع ضد عفونی ، نظافت و از نظر کارکرد مرتبا بازمینی شود و دقیقا متناسب با شرایط کار استفاده شود یک وسیله حفاظت فردی که برای ایمنی در مقاب حادثه ای خاص طراحی شده ممکن است در حادثه ای دیگر و محیط کاری متفاوت کارایی نداشته باشد

روش استاندارد پوشیدن و در آوردن وسایل حفاظت فردی

پوشیدن

۱ گان: ابتدا قسمت بالایی گان و آستین ها را به طور کامل پوشیده و قسمت پشت را کاملاً بپوشانید بنده های نواحی گردن و کمر را

ببندید.



۲ ماسک یا فیلتر تنفسی:

بندهای نگهدارنده باید در ناحیه مابین سر و گردن بسته شوند

قسمتی که روی بینی قرار می گیرد را به خوبی ثابت نمایید.

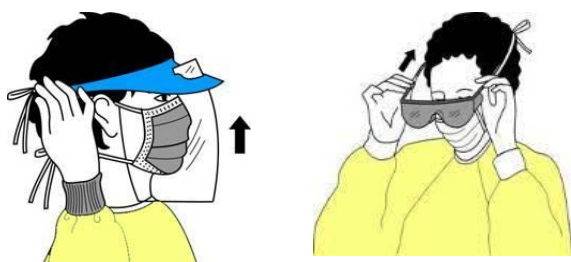
مطمئن شوید که قسکت های دیگر به خوبی بر روی صورت و زیر چانه قرار گرفته اند

در مورد فیلتر تنفسی نیز از پوشیده بودن تمامی قسمت ها اطمینان حاصل نمایید



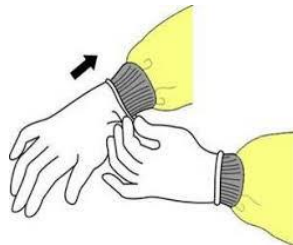
۳ عینک یا شیلد:

عینک یا شیلد را بر روی صورت قرار داده و به خوبی آن را ثابت نمایید.



۴ دستکش ها:

دستکش را باید طوری بپوشید که بر روی آستین گان قرار بگیرد.



در آوردن وسایل حفاظت فردی

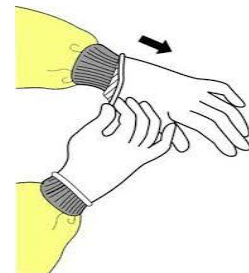
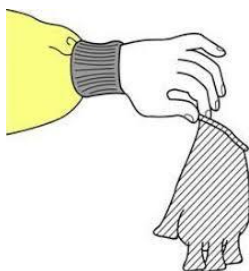
۱ دستگش ها

ابتدا قسمت بالایی دستکش را توسط دست مخالف گرفته و طوری آن را در بیاورید که پشت و رو شود

دستکش در آورده شده را در دستی که دارای دستکش می باشد نگه دارید

انگشتان دستی که بدون دستکش می باشد را زیر دستکش دست مخالف ببرید

از قسمت بالایی ، دستکش را طوری در آورید که پشت و رو شود و سپس داخل سطل زباله بیندازید .



۲ عینک یا شیلد



۳ گان

گره بند ها را باز کنید

از قسمت گردن و شانه شروع به در آوردن گان کنید و فقط با قسمت داخلی گان تماس داشته باشید

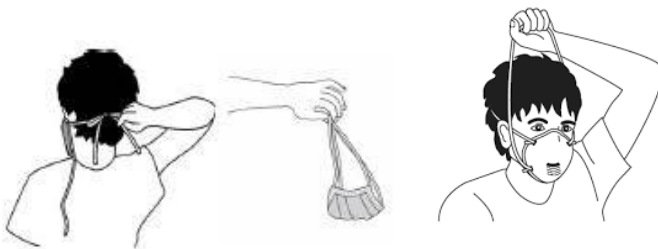
طوری گان را در آورید که پشت و رو شده و آلودگی ها داخل قرار گیرد.



4 ماسک یا فیلتر تنفسی

بند ها یا کش ها را آزاد کرده و ماسک را در آورید و داخل سطل زباله بیندازید

احتیاط کنید که هرگز قسمت جلویی یا فیلتر تنفسی را به علت آلوده بودن لمس نکنید



راهنمای تصویری استفاده از وسایل حفاظت فردی در مقابله با بیماری های عفونی

مراحل پوشیدن وسایل حفاظت فردی (شامل روپوش)

| | | | |
|--|--|---|---|
| <p>۶ بهداشت دست را اجرا کنید.</p> | <p>۳ به محل پاکیزه جلوی واحد ایزولاسیون بروید.</p> <p>۴ با بررسی چشمی اطمینان حاصل کنید اندازه های لازم وسایل حفاظت فردی درست هستند و از کیفیت مناسبی برخوردارند.</p> <p>۵ دستورالعمل پوشیدن وسایل حفاظت فردی را تحت نظر فرد ذیصلاح انجام دهید (همکار).</p> | <p>۲ پوشش ضد عفونی شده و همچنین چکمه ها را در اتاق رختکن بپوشید.</p> | <p>۱ همه وسایل شخصی (جوهرات، ساعت، گوشی، خودکار و غیره) را کنار بگذارید.</p> |
|--|--|---|---|

| | | |
|--------------------------------------|---|---|
| <p>۹ ماسک صورت را بپوشید.</p> | <p>۸ روپوش یکبار مصرف را بپوشید. روپوش از جنسی باشد که مقاومت آن از لحاظ سوراخ شدن یا نسبت به مایعات بدن، خون و پاتوژن های منتقله از راه خون مقاوم باشد.</p> | <p>۷ دستکش هایتان را بپوشید (دستکش معاینه، دستکش لاستیکی).</p> |
|--------------------------------------|---|---|

| | | |
|--|---|---|
| <p>۱۲ پیش بند یکبار مصرف ضد آب را بپوشید. (اگر در دسترس نیست، از نوع قابل استفاده مجدد یا کیفیت بالا که ضد آب نیز باشد استفاده کنید.)</p> | <p>۱۱ پوشش سر و گردن را بپوشید. سرپوش جراحی و پوشش گردن (ترجیحاً شیلد شفاف یا هود صورت).</p> | <p>۱۰ عینک حفاظتی یا سپر حفاظتی را بپوشید.</p> |
|--|---|---|

۱ در صورتیکه چکمه در دسترس نیست از کفش هلی بسته (بنون بند) به همراه پاپوش هایی که سر نخورند و ترجیحاً ضد آب باشند استفاده کنید.



۱۳ جفت دیگر دستکش ها را (ترجیحاً ساق بلند) روی آستین لباس بکشید.

مراحل در آوردن وسایل حفاظت فردی (شامل روپوش)

۱ همیشه وسایل حفاظت فردی را زیر نظر فرد ذیصلاح از تن در آورید. از وجود ظروف دفع پسماندهای عفونی در محل در آوردن لباس اطمینان حاصل کنید. برای موارد با استفاده مجدد باید ظروف مجزا در دسترس باشد.

۲ بهداشت دستهای دارای دستکش را رعایت کنید.^۱

۳ به منظور جلوگیری از آلودگی دست ها، پیش بند را در حالت خمیده به جلو در آورید. در صورتیکه از پیش بند یکبار مصرف استفاده می کنید آن را از بخش یقه پاره کنید و آن را بدون لمس بخش جلویی لوله کنید. بند پشتی را باز کنید و آن را به سمت جلو جمع کنید.



۴ بهداشت دستهای دارای دستکش را رعایت کنید.

۵ دستکش را طبق شماره ۱۷ به طور ایمن در آورده و دفع کنید.

۶ بهداشت دستهای دارای دستکش را رعایت کنید.

۷ پوششهای سر و گردن را طوری بیرون آورید که باعث آلودگی صورت نشود. پوشش را از قسمت انتهایی دهانه پشتی گرفته و از سمت عقب به جلو و از درون به بیرون جمع کرده و به طور ایمن دفع کنید.



۸ بهداشت دستهای دارای دستکش را رعایت کنید.

۹ ابتدا گره روپوش را باز کنید. سپس آن را از سمت عقب به جلو و از درون به بیرون جمع کرده و سپس به صورت ایمن دفع کنید.



۱۰ بهداشت دستهای دارای دستکش را رعایت کنید.

۱۱ عینک یا شیلد صورت را با گرفتن کش آن از سمت عقب باز کنید و به طور ایمن دفع کنید.



۱۲ بهداشت دستهای دارای دستکش را رعایت کنید.

۱۳ ابتدا بند یا کش پایینی ماسک را از پشت سر گرفته و آن را به صورت آویزان به زیر چانه خود بیاورید. سپس بند بالایی را گرفته و کل ماسک را با آن برداشته و به طور ایمن دفع کنید.



۱۴ بهداشت دستهای دارای دستکش را رعایت کنید.

۱۷ دستکش ها را با تکنیک مناسب در آورده و به طور ایمن دفع کنید.



۱۸ بهداشت دستهای دارای دستکش را رعایت کنید.

۱۵ بدون لمس دستکش ها (با پاپوشها) را در آورید. اگر چکمه های تان را خارج از محل با ریسک بالا به پا کرده اید میتوانید آنها را به پا داشته باشید ولی قبل از خروج از محل رختکن آنها را تمیز و ضد عفونی کنید.^۲

۱۶ بهداشت دستهای دارای دستکش را رعایت کنید.

^۱ در زمان کار در مناطق بیمارستان، دستکش بیرونی بعد از انجام فرایند روی بیمار اول و قبل از بیگیری امور بیمار دوم تعویض شود
^۲ عفونت زبانی مناسب چکمه ها شامل وارد شدن به حوضچه محلول کلر ۰/۵٪ درصد (در صورتی که به خاک و کثافات آلوده است باید با یک قرچه تمیز شود) و سپس شستن همه جوانب آن با همان غلظت کلر است. همچنین حداقل روزی یکبار و به مدت ۳۰ دقیقه چکمه ها باید در محلول کلر با غلظت ۰/۵٪ درصد ضد عفونی و سپس شسته و خشک شوند.

راهنمای تصویری استفاده از وسایل حفاظت فردی بخش های درمانی مرکز آموزشی درمانی بوستان

| لیست وسایل حفاظت فردی | | | | | شغل | ردیف |
|---|---|---|---|--|---|--------------------|
| ماسک N95 | عینک ایمنی | ماسک | دستکش لاتکس | لباس کار | پزشک | 1 |
|  |  |  |  |  | | |
| شیلد صورت | عینک ایمنی | ماسک N95 | گان ضد آب | دستکش | لباس کار | پرستار و کمک بهیار |
|  |  |  |  |  |  | |
| پیش بند ضد آب | دستکش | عینک کار بامواد شیمیایی | چکمه | ماسک زغال فعال | لباس کار | خدمات |
|  |  |  |  |  |  | |

لیست وسایل حفاظت فردی بخش آزمایشگاه مرکز آموزشی درمانی بوستان

| لیست وسایل حفاظت فردی | | | | شغل | ردیف | | |
|---|---|---|---|--|---|---|---|
| ماسک N95 | عینک ایمنی | دستکش لاتکس | لباس کار | نمونه گیری | 1 | | |
|  |  |  |  | | | | |
| شیلد صورت | عینک ایمنی | ماسک N95 | چشم شوی اضطراری | دستکش | لباس کار | هماتولوژی بیوشیمی میکروب شناسی | 2 |
|  |  |  |  |  |  | | |
| پیش بند ضدآب | دستکش مخصوص | عینک ایمنی | چکمه | ماسک زغال فعال | لباس کار | خدمات | 3 |
|  |  |  |  |  |  | | |
| | ماسک معمولی | دستکش لاتکس | لباس کار | پذیرش | 4 | | |
| |  |  |  | | | | |

لیست وسایل حفاظت فردی بخش تغذیه مرکز آموزشی درمانی بوستان

| لیست وسایل حفاظت فردی | شغل | ردیف |
|--|-----------|------|
| <p>لباس کار _ کلاه پارچه ای _ دمپایی جلو بسته _ پیش بند پارچه ای و چرمی _ دستکش لاتکس _ رو کفشی</p>  | پخت و نیز | 1 |
| <p>ماسک FFP2 دستکش لاستیکی کار عینک حفاظتی پیش بند چکمه</p>  | شست و شو | 2 |
| <p>لباس کار _ کلاه پارچه ای _ دمپایی جلو بسته _ دستکش لاتکس _ ماسک معمولی _ رو کفشی در برخی</p>  | توزیع غذا | 3 |

لیست وسایل حفاظت فردی بخش رادیولوژی و سی تی اسکن مرکز آموزشی درمانی بوستان

| لیست وسایل حفاظت فردی | شغل | ردیف |
|--|--|----------|
| <p>دزیمتر فیلم بیج ماسک N95 (در صورت بیمار مبتلا)</p>     | <p>پرتو کار (اتاق ضد اشعه)</p> | <p>1</p> |
| <p>لباس کار_ دستکش_ دوزیمتر فیلم بیج_ روپوش سربی _ کلاه سربی_ ماسک N95_ محافظ تیروئید دستکش سربی</p>         | <p>پرتو کار پرتابل</p> | <p>2</p> |
| <p>لباس کار_ ماسک زغال فعال _ عینک ایمنی _ دستکش مخصوص</p>     | <p>خدمات</p> | <p>3</p> |

لیست وسایل حفاظت فردی واحد تاسیسات مرکز آموزشی درمانی بوستان

| | | |
|-----------------------------------|--|--|
| <p>پیشگیری از صدمات سر</p> | <p>کلاه ایمنی / هارنس / کمربند ایمنی کار در ارتفاع، فعالیت های عمرانی و امکان سقوط اجسام</p> |  |
| <p>پیشگیری از صدمات گوش</p> | <p>گوشی های حفاظتی ایر پلاگ / ایر ماف فرزکاری ، موتورخانه ، جوشکاری</p> |  |
| <p>پیشگیری از صدمات چشم</p> | <p>شیلد / عینک های ایمنی فرزکاری ، برشکاری ، برقکاری ، کار با مواد شیمیایی</p> |  |
| <p>پیشگیری از صدمات پرتو</p> | <p>شیلد / عینک جوشکاری جوشکاری برق ، برشکاری</p> |  |
| <p>پیشگیری از صدمات تنفسی</p> | <p>ماسک تنفسی جوشکاری ، فعالیت عمرانی ، اسیدپتته دیگ بخار</p> |  |
| <p>پیشگیری از صدمات دست</p> | <p>دستکش های ایمنی جوشکاری ، برقکاری ، تابلو برق</p> |  |
| <p>پیشگیری از صدمات بدن</p> | <p>لباس کار / کفش ایمنی / چکمه تمام فعالیت های شغلی</p> |  |

لیست وسایل حفاظت فردی واحد لاندري مرکز آموزشی درمانی بوستان

| | | |
|---|---------------------------------|--|
| <p>پیشگیری از صدمات بدن</p> | <p>لباس کار / پیش بند ضد آب</p> |  |
| <p>پیشگیری از صدمات چشم و پاشش مواد</p> | <p>شیلد / عینک های ایمنی</p> |  |
| <p>پیشگیری از صدمات تنفسی</p> | <p>ماسک تنفسی</p> |  |
| <p>پیشگیری از صدمات دست</p> | <p>دستکش های ایمنی</p> |  |
| <p>پیشگیری از صدمات بدن</p> | <p>کفش ایمنی / چکمه</p> |  |

لیست وسایل حفاظت فردی واحد امحا زباله مرکز آموزشی درمانی بوستان

| | | |
|---|---------------------------------|---|
| <p>پیشگیری از صدمات بدن</p> | <p>لباس کار / پیش بند ضد آب</p> |  |
| <p>پیشگیری از صدمات چشم و پاشش ترشحات</p> | <p>شیلد / عینک های ایمنی</p> |  |
| <p>پیشگیری از صدمات تنفسی</p> | <p>ماسک تنفسی</p> |  |
| <p>پیشگیری از صدمات دست</p> | <p>دستکش های ایمنی</p> |  |
| <p>پیشگیری از صدمات بدن</p> | <p>کفش ایمنی / چکمه</p> |  |