

# مراحل پوشیدن وسایل حفاظت فردی (شامل روپوش)

۱ همه وسایل شخصی (جوهرات، ساعت، گوشی، خودکار و غیره) را کنار بگذارد.



۲ پوشش ضد عفونی شده و همچنین چکمه ها را در اتاق رختکن بپوشید.<sup>۱</sup>

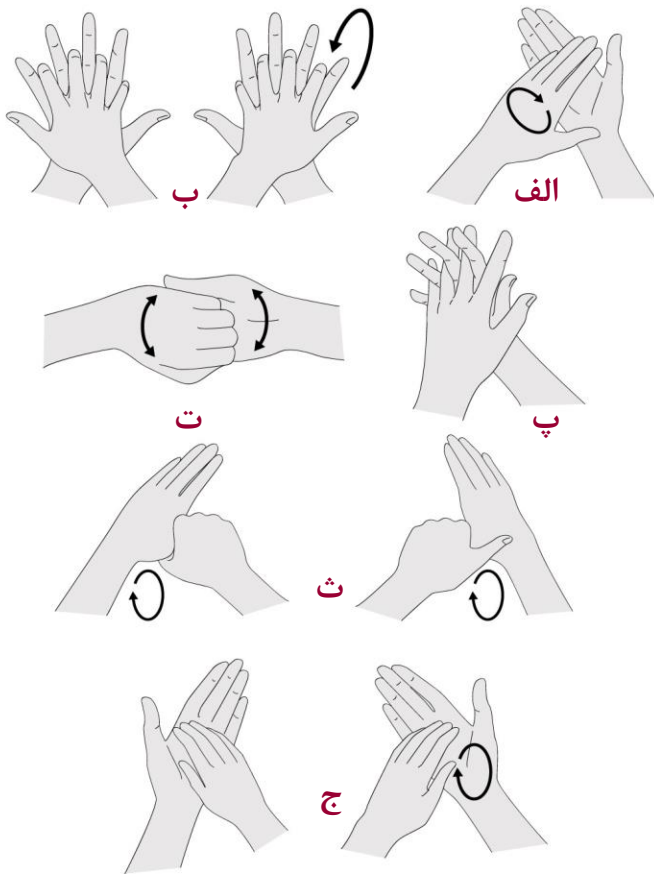


۳ به محل پاکیزه جلوی واحد ایزولاسیون بروید.

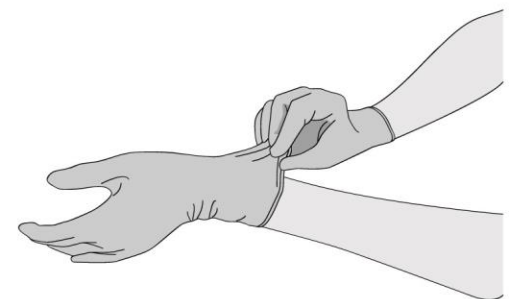
۴ با بررسی چشمی اطمینان حاصل کنید اندازه های لازم وسایل حفاظت فردی درست هستند و از کیفیت مناسبی برخوردارند.

۵ دستورالعمل پوشیدن وسایل حفاظت فردی را تحت نظر فرد ذیصلاح انجام دهید (همکار).

۶ بهداشت دست را اجرا کنید.



۷ دستکش هایتان را بپوشید (دستکش معاینه، دستکش لاستیکی).



۸ روپوش یکبار مصرف را بپوشید.

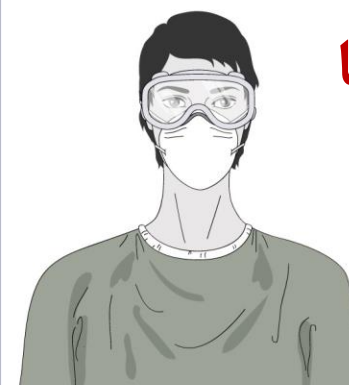
روپوش از جنسی باشد که مقاومت آن از لحاظ سوراخ شدن یا نسبت به مایعات بدنی، خون و پاتوژن های منتقله از راه خون مقاوم باشد.



۹ ماسک صورت را بپوشید.



۱۰ عینک حفاظتی یا سپر حفاظتی را بپوشید.



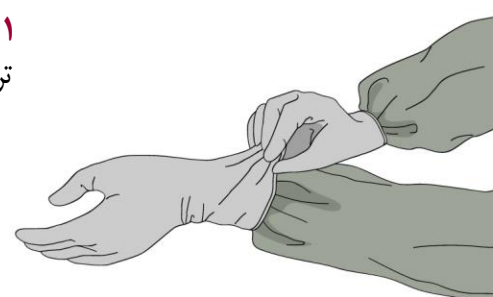
۱۱ پوشش سر و گردن را بپوشید. سرپوش جراحی و پوشش گردن (ترجیحاً شیلد شفاف یا هود صورت).



۱۲ پیش بند یکبار مصرف ضد آب را بپوشید. (اگر در دسترس نیست، از نوع قابل استفاده مجدد با کیفیت بالا که ضد آب نیز باشد استفاده کنید).



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



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

# 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.<sup>۱</sup>

**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.



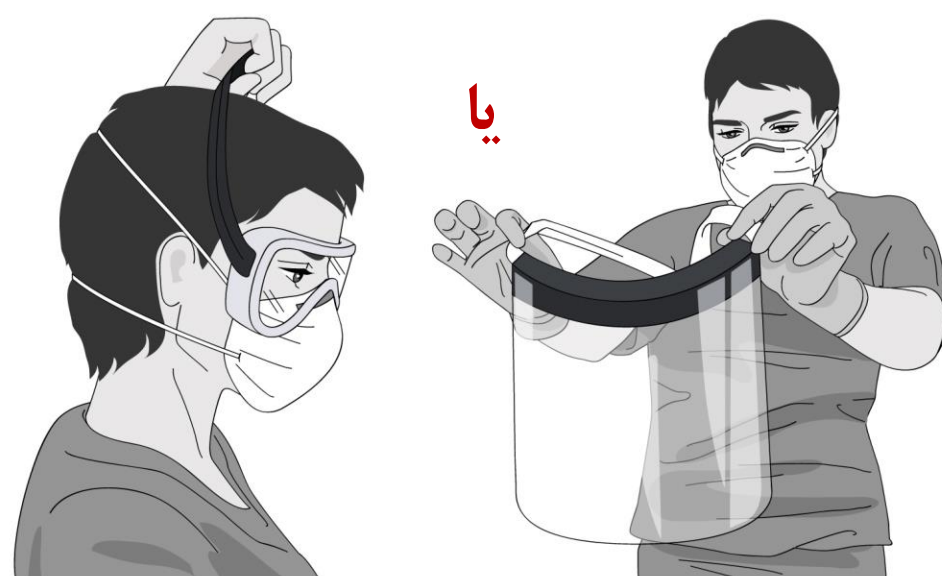
**۸** بهداشت دستهای دارای دستکش را رعایت کنید.

**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 (یا 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.<sup>۲</sup>

**۱۶** بهداشت دستهای دارای دستکش را رعایت کنید.

**۱** در زمان کار در مناطق بیمار، دستکش بیرونی بعد از انجام فرایند روی بیمار اول و قبل از پیگیری امور بیمار دوم تعویض شود.  
**۲** عفونت زدایی 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 فرچه 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.