**تو صيه هايي براي بيماران عزيز، مراجعین و همرا هان محترم در بیمارستان**

**تهيه و تنظيم : مجيــد ملكــي**

**كارشناس كنترل و پيشگيري از عفونتهاي بيمارستاني**

**زمستان 1394**

**عفونت بیمارستانی چیست؟ عفونتي است كه 48 ساعت پس ازبستری شدن بیماردربیمارستان بر اثر بروز واكنش هاي سوء ناشي از وجود عامل عفوني ياسمآن پديدآمده و بيماردر زمان پذيرش نه مبتلا به آن بوده و نه در دوره نهفتگی آن بوده است.**

**دوره نهفتگی بیماری چیست؟ از زمانی که عامل بیماریزا وارد بدن شده تا شروع علائم بیماری.**

**عفونتهای بیمارستانی در بیمارستان برای بیماران در اثر انجام اقدامات درمانی مثل: جراحی، سونداژها، رگ گیری­ها و سایر اقدامات اتفاق می­افتد، در کشورهای مختلف آمار عفونتهای بیمارستانی متفاوت است، اما آنچه که مسلم است. وجود امکانات بهداشتی بالا و استفاده از داروها و مواد ضدعفونی کننده مناسب و استفاده از تجهیزات سالم و پیشرفته در استریل کردن اقلام جراحی در بیمارستان در کاهش و پیشگیری از این عفونتها موثر می­باشد. و مهمترین نکته اینکه اغلب انتقال عفونتهای بیمارستانی بین بیماران و هر فردی که به هر شکل با بیمار سر و کار دارد توسط دستهای آلوده اتفاق می­افتد. بنابراین شسشوی صحیح دستها قبل و بعد از هر اقدامی مهمترین عامل در کنترل و پیشگیری از عفونتهای بیمارستانی است.**

**عفونتهای بیمارستانی فقط مختص بیماران بستری نیست، بلکه می­تواند هر فردی را که با بیمار و بیمارستان ارتباط دارد مبتلا کند. اعم از ملاقات کنندگان، همراهان، کارکنان و غیره.**

**بنابراین برای حفاظت خودمان از این خطر بالقوه در بیمارستان بهتر است به نکاتی که در زیر اشاره شده توجه کنیم.**

**با سلام و آرزوي سلامتي براي شما بيمار عزيز و صبر و استواري براي شما همراه و مراجعین گرامي.**

**نكاتي چند لازم است در رابطه با بيمارستان كه مدت كوتاهي مهمان ماخواهيد بود به عرض برسانيم تا حدالمقدور مقداري از بار مشكلات شما برداريم . انشاء الله تا پايان بهبودي با خاطره اي خوش از اين مكان كه متعلق به همه مردم است به آغوش خانواده خود بازگرديد.**

**1- ملاقات روزهای زوج هفته ( شنبه، دوشنبه، چهارشنبه و جمعه) از ساعت 5/2 تا 4 مي­باشد.**

**2 - بدليل كنترل عفونتهاي بيمارستاني و رعايت حال بيماران لزومي ندارد عيادت از بيمار حتماً در بيمارستان صورت گيرد. مي­تواند به منزل و پس از ترخيص بيمار از بیمارستان موكول شود.**

**3 - حضور بيش از 3 نفر بر بالين بيمار خلاف مقررات بيمارستان مي­باشد.**

**4 - آوردن كودكان زير12 سال براي عيادت به دليل ضعف سيستم ايمني و احتمال انتقال عفونتهاي خطرناك بيمارستاني به آنان اكيداً ممنوع مي باشد. در عین حال کودکان از حیث روانشناسی همه چیز با بازی در می­آمیزند. بیمارستان نه تنها محلی برای بازی نیست بلکه برای روحیه شکننده کودکان می­تواند بشدت اضطراب آور باشد.**

**5 - آوردن گل طبيعي مي­تواند براي بيمار حساسيت زا و به دليل داشتن برخي ميكروبها احياناً عفونت زا باشد، پس آوردن گل طبيعي براي بيماران ممنوع است.**

**6 - ملاقات كنندگان گرامي نبايد روي تخت بيمار بشينند و حدالمقدور زمان ملاقات بايد كوتاه باشد (5 الي 15 دقيقه)**

**7- كشيدن سيگار براي بيمار و آلوده كردن هواي بيمارستان با دود سيگار براي هر شخصي ممنوع است .**

**8- بيمارستان محلي براي مداواي بيماران اين مرز و بوم است و متعلق به همه ي مردم پس در حفظ و نگهداري از آن همه مسئول و موظف هستيم .**

**9- مراجعین محترمی که بر بالین بیماران خود حضور پیدا می­کنند، کمترین تماس مستقیم با بیمار و لوازم محیط را داشته باشند.**

**10- از آوردن هر گونه البسه به بیمارستان اعم از پتو، ملافه و لباس برای خود یا بیمار و عودت آن به منزل اکیداً خوداری کنید.**

**11- بیماران عزیز فقط از لباس بیمار در بیمارستان استفاده کنند. پوشیدن لباس شخصی برای بیماران ممنوع است.**

**12- نظافت از ایمان استپاکیزگی و نظافت در بیمارستان را بیشتر رعایت کنیم و دیگران را به آن ترغیب نمائیم.**

**13- در صورت وجود مسائل غیر بهداشتی در بیمارستان برای برطرف شدن موضوع را به مسئولین وقت گزارش نمائید.**

**14- قبل و بعد از هر کاری دستان خود را به شکل صحیح با آب و صابون بشوئید. زیرا شستن صحیح دستها تا 50% از انتقال عفونتهای بیمارستانی را می­کاهد.**

**15- زباله­های تولید شده در بیمارستان عموماً دو دسته­اند: عفونی و غیر عفونی**

**هر زباله­ای که با خون و ترشحات بیمار مانند پانسمان زخم و سوندهای استفاده شده و ... آلوده باشد عفونی محسوب می­شود و باید در ظروف مخصوص این کار که سطلهای زرد با کیسه زرد هستند منتقل شود. و زباله­های غیر عفونی، همان زباله­های معمولی و شبیه خانگی هستند. مثل کاغذ، قوطی نوشابه و کمپوت و غیره که باید به داخل سطلهای زباله به رنگ آبی با کیسه مشکی منتقل شوند.**

**16- اتاقهای ایزوله: یا اتاقهای جداسازی بیماران عفونی از سایر بیماران، برای کنترل بیماری­های مسری از انتقال آن به سایر بیماران در نظر گرفته شده است. بنابراین ملاقات برای حفاظت سایرین در این گونه بیماران ممنوع است. درب و پنچره این اتاق­ها همیشه باید بسته بوده و کمترین تردد برای بیمار و سایرین باشد.**

**17- اگر قرار است در جایی از بدن شما عمل جراحی صورت بگیرد و طبق نظر جراح لازم است موهای زائد آن قسمت زدوده شود، به هیچ وجه از تیغ برای این منظور استفاده نکنید. زیرا پوست لایه محافظ بدن بوده و خراشیده شدن آن می­تواند بعداً راه انتقال عفونت به شما را افزایش دهد.**

**لذا برای پیشگیری از عفونتهای احتمالی بیمارستانی بهتر است. چند ساعت مانده به عمل، استحمام نموده و موهای زائد را توسط ماشین موزنی یا کرم موبر کوتاه کنید.**

**عملهای کوچک نظیر: انواع فتق­ها، سزارین و ... تا 48 ساعت پس از عمل نیاز به پانسمان ندارند. (مگر زخم ترشحات زیاد داشته و طبق نظر پزشک نیاز به تعویض پانسمان پیدا کند) این بیماران 24 ساعت بعد عمل می­توانند استحمام نمایند. حمام کردن در کاهش درد و عفونت پس از عمل موثر است و هیچ ضرری برای زخم ایجاد نمی­کند.**

**18- بیماران و همراهان عزیز اگر پس از خروج از بیمارستان به هر دلیل دچار تب و علائم عفونت زخم جراحی شدند. یا در اثر سایر اقدامات درمانی خاص که در بیمارستان صورت گرفته دچار عفونت در بدن شدند. مثل عفونتهای ادراری در اثر گذاشتن سوند در مجرای ادرار، یا عفونت خون در اثر تزریقات و یا عفونت ریه در اثر استفاده از لوله تراشه و تنفس مکانیکی. حتماً به پزشک مربوطه مراجعه و واحد کنترل عفونت را برای پیگیری و راهنمایی در جریان بگذارند.**

**شماره تلفن داخلی 307 شماره بیمارستان 5- 52220901**

**آدرس ایمیل: khatam.maleki@yahoo.com**