



CLINICAL
EXCELLENCE
COMMISSION



Health

Chinese
[DOH-7680]



Patients and visitors:
**What you need to
know about
hand hygiene.**

病人及訪客：
**您應了解手部
衛生的哪些內容。**

Clean hands save lives



手部衛生為何重要？

住院病人身體狀況通常都不佳、因術後正在復原或免疫力下降，因此受到感染細菌的風險增大。我們希望幫助病人預防細菌感染，因為許多細菌對健康人而言無害，但同樣的細菌通常會給身體狀況已經不佳的人帶來持久和嚴重的不適。減少此類感染的一種最簡單、也是最有效的方法就是，讓所有醫院員工、病人和訪客保持良好的手部衛生。

何謂良好的手部衛生？

良好的手部衛生是指使用酒精類洗手液或皂液洗手，這有助於阻止細菌擴散。阻止細菌擴散，就能降低病人感染的風險。

我們對您的承諾

本院的全體醫護人員認真對待手部衛生，因為我們知道這是保護病人安全和健康最容易的方法之一。

“每次接觸病人”時或簡而言之，接觸每位病人前後，醫護人員都要清洗手部。

您住院或探訪病人時，我們誠邀您與我們一起，盡可能遵守最佳的手部衛生習慣，共同抵禦細菌感染。

手部衛生是每個人的責任

病人和訪客在確保整個醫院手部衛生方面，發揮著重要作用。

- 訪客應在每次進入或離開病房時洗手。

- **病人**和訪客不得觸摸傷口、敷藥、靜脈點滴管或其他用於病人治療的工具。
- **病人**應具備良好的個人衛生習慣，特別是在住院期間，包括飯前便後洗手。

請儘管提問



本院醫護人員通常非常繁忙，病人可能不知道醫生、護士或其他護理人員在接觸他們前後是否洗過手。

在共同抵禦細菌感染中，我們希望您能發揮自己的作用，牢記“請儘管提問”的提示。若心存疑問，請儘管提醒本院醫護人員這一重要步驟。記住，請儘管提問。

如何用酒精類洗手液洗手*

酒精類洗手液能大大減少肌肉上的細菌數量，起效迅速，比之常用的皂液對肌肉的刺激小。

如果肌肉上有明顯的髒物，酒精類洗手液就無法發揮正常功效，因為其無法像皂液一樣清除肌肉上的污垢。

- 酒精類洗手液無需用水就能清潔手部。
- 這類洗手液能完全揮發，還含有保持肌膚良好狀況的保濕劑。



使用酒精類洗手液保持良好手部衛生的主要步驟是：

1. 將洗手液倒在手掌內，雙手揉搓，覆蓋手掌和手指所有肌膚表面，直至雙手乾燥為止。
2. 長指甲或假甲不利於保持手部衛生。這部分人應特別注意清洗指甲內部，清除其中的污垢和細菌。

*國際穆斯林教長允許將酒精類洗手液用於衛生用途。

如何用皂液洗手

香皂和自來水能清除手上的污垢和油脂。手部的污垢顯而易見時，這是洗手的最佳方法。

用皂液保持良好手部衛生的六個關鍵步驟是：

1. 打開水龍頭，讓水流過雙手。
2. 抹上香皂。
3. 揉搓雙手，形成肥皂泡。
4. 讓肥皂泡覆蓋雙手的所有肌膚表面，並揉搓。至少揉搓肥皂泡10至15秒。徹底沖洗雙手。
5. 用乾淨紙巾拍乾雙手。
6. 將廢紙巾扔進垃圾箱。



護士在每次8小時的上班時間中，平均花約1個小時的時間，確服用皂液保持手部衛生。*

按總時間56分鐘計算，護士每小時就要洗手7次（每次60秒）。

*資料來源：Voss A.和Widmer AF 《感染控制醫院流行病學雜誌》1997年。

手套的作用

手套是保持良好手部清潔的重要輔助用品。但是，手套並不能取消洗手。



本大樓內的宣傳海報旨在提醒每個人，在預防感染的工作中，洗手意義重大。

欲知詳情？

請向您的護理人員查詢。若您想瞭解更具體的資料，他們也會把您引薦給感染控制醫師。

記住，請儘管提問。