

نحوه پوشیدن و در آوردن ماسک

نحوه پوشیدن ماسک جراحی:

- ۱- دستها را بشوئید و یا ضدعفونی کنید.
- ۲- ماسک را طوری بپوشید که روی دهان ، بینی و چانه را بپوشاند. (لبه بالایی ماسک یعنی قسمت فلزی ماسک را روی قسمت بالایی بینی یعنی پل بینی محکم کنید)
- ۳- ماسک را بوسیله بند یا کش پشت سر بسته محکم کنید.
- ۴- ماسک را هر ۲-۳ ساعت پس از استفاده تعویض کنید.
- ۵- در صورتی که ماسک حین استفاده خیس یا مرطوب شود ، باید آن را تعویض کنید.
- ۶- از آویزان نمودن ماسک به گردن اجتناب کنید.
- ۷- پس از استفاده از ماسک، ماسک را معدم و دست ها را بشوئید.

نحوه در آوردن ماسک جراحی:

- ۱- گره ها را باز کنید .
- ۲- ابتدا بند تحتانی را گرفته و آن را از پشت سر خارج کنید سپس بند فوقانی را گرفته از پشت سر بیرون بیاورید. (ماسک را فقط با لمس لبه ها ، بندها ، حلقه ها و نوارها جدا کنید. قسمت جلوی ماسک آلوده را لمس نکنید)
- ۳- ماسک را به داخل سطل زباله (در صورت یکبار مصرف بودن) بیندازید. (ماسک آلوده را در کیسه جدا بیندازید)





بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی بهبود

منابع :

دستورالعمل های ارسالی از معاونت درمان
زیر نظر: پزشک کنترل عفونت
 دکتر امید علی قرداشخانی متخصص عفونی
تهیه کننده: سوپروایز آموزش سلامت
تاریخ تهیه: اسفند ۱۳۹۸
تاریخ بازنگری: اسفند ۱۳۹۹

ارتباط با ما :

سامانه تلفن ۵ رقمی: ۳۱۵۵۵
 سامانه پیام کوتاه: +۹۸۱۰۰۰۳۱۵۵
 تلفن: ۰۴۱-۳۵۵۳۸۷۰۱-۵
 فاکس: ۰۴۱-۳۵۵۶۶۲۲۷

ایمیل: info@behboud.com

وب سایت: www.Behboud.com

آدرس: تبریز / خیابان ارتش جنوبی
 نرسیده به چهارراه باغشمال / بیمارستان بهبود

آرزوی بهبود، سلامتی و تندرستی خانواده هاست.

چهارراه باغ شمال

خیابان ارتش جنوبی

میدان ساعت



بیمارستان بهبود
 Behbud Hospital

بیمارستان بهبود
پیشرو در ارائه خدمات نوین پزشکی

دپارتمان طب پیشگیری، ارتقاء سلامت و آموزش بیماران

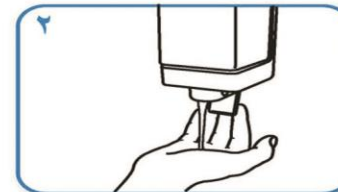
چطور دست ها را بشوئیم؟

دست ها را فقط وقتی بشوئید که کثیف اند، و گرنه از دستمال استفاده کنید

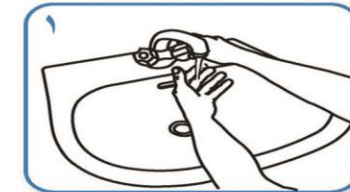
مدت کل مراحل: ۴۰ تا ۶۰ ثانیه



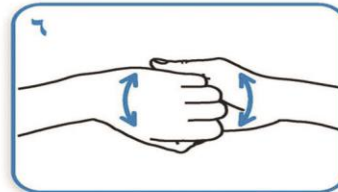
کف دست ها را به هم بمالید



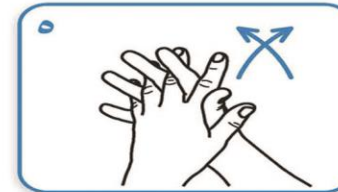
صابون کافی برای پوشاندن سطح دستها بردارید



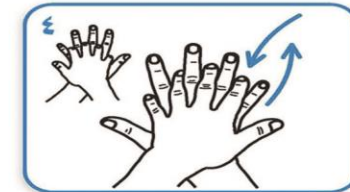
دستها را با آب خیس کنید



پشت انگشت ها را داخل کف دستها برید تا در هم قفل شوند



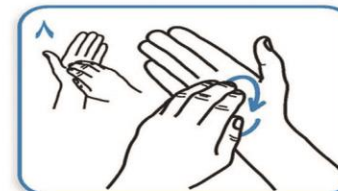
مالیدن کف دستها با انگشتهای درهم



کف دست راست بر پشت دست چپ با انگشتهای درهم و بالعکس



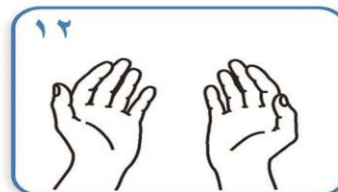
دستها را با آب شستشو دهید



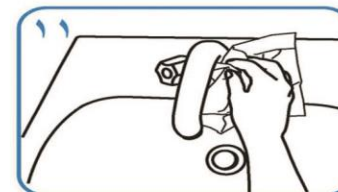
مالش های مدور و رفت و برگشتی با انگشتان بسته یک دست روی کف دست دیگر و بالعکس



مالش گردشی شست یک دست در داخل کف دست دیگر و بالعکس



اکنون دستهای شما کاملا تمیز و مطمئن هستند



از همان دستمال برای بستن شیرآب استفاده کنید



با یک دستمال حوله ای بطور کامل خشک کنید