



คู่มือสำหรับบุคลากร



การป้องกันการติดเชื้อ ในโรงพยาบาล



โรงพยาบาลแม่จริม

โดย คณะกรรมการเฝ้าระวังและป้องกันการติดเชื้อ

ธันวาคม 2566

IC ชวนรู้...



การล้างมือ

มาตรการป้องกันการบาดเจ็บจากของมีคมที่มิดำ และสัมผัสสารคัดหลั่ง ขณะปฏิบัติงานในโรงพยาบาล

5 การใช้ยาฆ่าเชื้อและยาต่างๆ

6 แนวทางการทำความสะอาดพื้นทั่วไปในโรงพยาบาล

การจัดการอุปกรณ์ทางการแพทย์ที่ใช้กับผู้ป่วย

8 การจัดการผ้าเปื้อนในโรงพยาบาล

9 การจัดการขยะมูลฝอยในโรงพยาบาล

การจัดสถานที่สำหรับแยกผู้ป่วย

การให้คำแนะนำแก่ผู้ป่วยและญาติ

13 การให้วัคซีนแก่บุคลากรในโรงพยาบาล



2 การล้างมือ

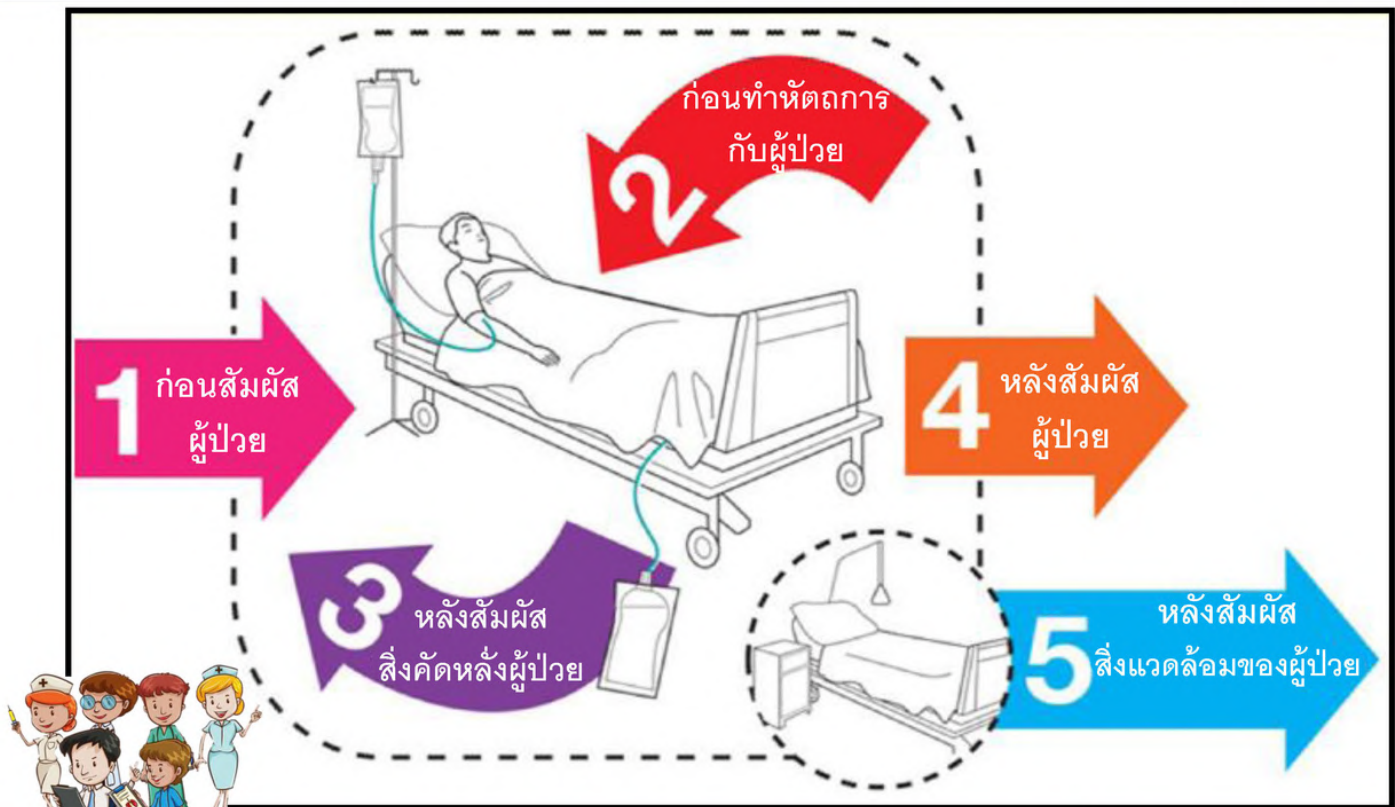
การล้างมือ หมายถึง การขจัดสิ่งสกปรก และเชื้อโรค
ออกจากมือ ไม่ว่าจะโดยวิธีการล้างด้วยน้ำกับสบู่
หรือน้ำยาฆ่าเชื้อ หรือการใช้แอลกอฮอล์เจล
การล้างมือจะช่วยป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ
และการติดเชื้อที่ถ่ายทอดโดยการสัมผัส



ในการล้างมือ ควรล้างมือ 7 ขั้นตอนให้ครบถ้วน
และควรล้างมือเมื่ออยู่ใน 5 ข้อบ่งชี้การล้างมือ
(5 Moments for Hand Hygiene)



5 ข้อบ่งชี้การล้างมือ (5 Moments for Hand Hygiene)



เรื่องง่ายๆ ที่คุณทำได้ เพื่อช่วยลดการแพร่กระจายเชื้อโรค

ขอขอบคุณภาพ จาก หน่วยควบคุมการติดเชื้อ โรงพยาบาลสงขลานครินทร์



การล้างมือ

เมื่อรู้ว่าควรล้างมือเมื่อไหร่
เรามาเริ่มล้างมือกัน
แต่เดี๋ยวก่อน.....
ก่อนที่จะเราจะล้างมือ 7 ขั้นตอน
มีข้อควรคำนึง ดังนี้

* ข้อคำนึงก่อนล้างมือ *

เล็บมือควรตัดให้สั้น
ถ้าเล็บยาวจะล้าง
สิ่งสกปรกและเชื้อโรค
ออกจากมือได้ยาก



ก่อนล้างมือ ควรถอดแหวน นาฬิกา
เพื่อให้การล้างมือทำได้ง่าย และ
สะดวก ไม่เป็นที่สะสมของเชื้อโรค



ยืนห่างจากอ่างล้างมือ
เสื้อผ้าไม่สัมผัสอ่างล้างมือ



ต้องหมั่นทำความสะอาด
อ่างที่ใช้ล้างมือเป็นประจำ
เพื่อไม่ให้เกิดคราบสกปรก
และเชื้อโรคสะสม





2

การล้างมือ 7 ขั้นตอน ด้วยน้ำและสบู่/ น้ำยาฆ่าเชื้อ



➡ เริ่มด้วยการล้างมือด้วยน้ำสะอาด
➡ จากนั้นกดสบู่/น้ำยาล้างมือ/น้ำยาฆ่าเชื้อลงบนฝ่ามือในปริมาณพอเหมาะ
..... และมาเริ่มการล้างมือ 7 ขั้นตอนกันเลย



หลังจากล้างมือครบ 7 ขั้นตอนแล้ว

- ➡ ล้างมือด้วยน้ำสะอาดจนหมดคราบน้ำยา
- ➡ เช็ดมือให้แห้งด้วยผ้าหรือกระดาษเช็ดมือ
- ➡ และใช้ผ้าหรือกระดาษเช็ดมือปิดก๊อกน้ำ (กรณีก๊อกน้ำไม่ใช่ชนิดปิด-เปิดเองอัตโนมัติ)

ฝ่ามือ ถูกัน ฝ่ามือถูหลังมือ และนิ้วช้อนิ้ว ฝ่ามือถูฝ่ามือ และนิ้วช้อนิ้ว

ถูนิ้วหัวแม่มือโดยรอบ ด้วยฝ่ามือ ปลายนิ้วมือ ถูขวางฝ่ามือ ถูรอบข้อนิ้ว

ขอขอบคุณภาพ จากกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข



การล้างมือ 7 ขั้นตอน ด้วยน้ำและสบู่/น้ำยาฆ่าเชื้อ



Normal hand hygiene เป็นการล้างมือด้วยสบู่
ธรรมดาและน้ำ ควรใช้เวลาอย่างน้อย **20 วินาที**
หลังการล้างมือ เช็ดให้แห้งด้วยผ้าหรือกระดาษสะอาด

Hygienichand hygiene เป็นการล้างมือด้วย
น้ำยาฆ่าเชื้อและน้ำ ควรใช้เวลาอย่างน้อย **30 วินาที**
หลังการล้างมือ เช็ดมือให้แห้งด้วยผ้าหรือกระดาษสะอาด

Surgicalhand hygiene เป็นการล้างมือสำหรับ
การผ่าตัด ต้องใช้สบู่ **Antiseptic** ปริมาณเพียงพอ
ฟอกมือจนถึงข้อศอกทั้ง **2 ข้าง** นานไม่ต่ำกว่า **2 ถึง 5 นาที**
เช็ดมือให้แห้งด้วยผ้าหรือกระดาษเช็ดมือปราศจากเชื้อ



ฝ่ามือ
ถูกกัน

ฝ่ามือถูหลังมือ
และนิ้วถูซอกนิ้ว

ฝ่ามือถูฝ่ามือ
และนิ้วถูซอกนิ้ว

หลังนิ้วมือ
ถูฝ่ามือ

ถูนิ้วหัวแม่มือ
โดยรอบ
ด้วยฝ่ามือ

ปลายนิ้วมือถู
ขวางฝ่ามือ

ถูข้อนิ้วมือ
ข้อนิ้วมือ



การล้างมือ ด้วยแอลกอฮอล์



- ➡ ใช้ทำความสะอาดมือที่ไม่ได้เปื้อน สิ่งสกปรก เลือด หรือสารคัดหลั่งอย่างเห็นได้ชัด
- ➡ ควรใช้แอลกอฮอล์ความเข้มข้น **70%** ขึ้นไป ใช้ประมาณ **8 - 5** มิลลิลิตร ลูบให้ทั่วมือและนิ้วมือจนทั่วตามขั้นตอน การทำความสะอาดมือ จนกระทั่งแอลกอฮอล์ระเหยจนแห้ง ใช้เวลา **20 - 30** วินาที
- ➡ หลีกเลี่ยงการเช็ดมือในขณะที่น้ำยาล้างมือยังไม่แห้งสนิท



ขอขอบคุณภาพ จาก



แบบฟอร์มการขอเผยแพร่ข้อมูลผ่านเว็บไซต์ของหน่วยงาน
โรงพยาบาลแม่จริม
ตามประกาศสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข
เรื่อง แนวทางการเผยแพร่ข้อมูลต่อสาธารณะผ่านเว็บไซต์ของหน่วยงาน พ.ศ. ๒๕๖๑
สำหรับหน่วยงานในราชการบริหารส่วนกลางสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข

แบบฟอร์มการขอเผยแพร่ข้อมูลผ่านเว็บไซต์ของหน่วยงานในสังกัดสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข	
ชื่อหน่วยงาน : โรงพยาบาลแม่จริม วัน/เดือน/ปี : ๒๕ มีนาคม ๒๕๖๗ หัวข้อ: บทความและข้อมูลน่ารู้ รายละเอียดข้อมูล (โดยสรุปหรือเอกสารแนบ) 1. คู่มือการป้องกันการติดเชื้อในโรงพยาบาล Linkภายนอก : ไม่มี หมายเหตุ:	
รับผิดชอบการให้ข้อมูล  (นางสาวกฤตกนก จินตายน) ทันตแพทย์ชำนาญการ วันที่ ๒๕ มีนาคม ๒๕๖๗	ผู้อนุมัติรับรอง  (นายเทพวรวิทย์ ใจจะดี) ผู้อำนวยการโรงพยาบาลแม่จริม วันที่ ๒๕ มีนาคม ๒๕๖๗
ผู้รับผิดชอบการนำข้อมูลขึ้นเผยแพร่  (นางวราภรณ์ พรหมเกษา) เจ้าพนักงานพัสดุ วันที่ ๒๕ มีนาคม ๒๕๖๗	