

نظافة اليدين

معلومات للمرضى وأقاربهم
والقائمين على رعايتهم



للمزيد من المعلومات إتصل مع
منسق مشروع نظافة الأيدي في
صحة المنطقة الشرقية أو مدير
رقابة العدوى ، نرجو الإستفسار من
مدير وحدة التمريض لمعرفة تفاصيل
كيفية الإتصال .

خدمات الترجمة متوفرة للأشخاص الذين يواجهون
صعوبات في التفاهم باللغة الإنكليزية

إذا رغبت في أن تسأل أي سؤال حول المعلومات الموجودة
في هذا الكتيب أخبر الموظفين بأنك بحاجة إلى مترجم وهم
سيقومون بترتيب مترجم لك. هذه الخدمة مجانية لك .

لقد تم إعتداد خدمات صحة المنطقة الشرقية من قبل المستقل في
أستراليا للرقابة على معايير الرعاية الصحية ، والالتزام المستمر
في تحسين خدمات الرعاية الصحية

أسئلة يتكرر سؤالها

س. هل أستعمل الصابون والماء أو محلول غسل
اليدين الذي أساسه الكحول في تنظيف يداي ؟
ج. يمكنك إستعمال أيهما الماء والصابون أو محلول
تنظيف اليدين الذي أساسه الكحول في تنظيف يديك .

س. هل سأرى العاملين في مجال الصحة وهم
يستعملون محلول تنظيف اليدين الذي أساسه
الكحول في تنظيف أيديهم ؟
ج. نعم ، عند زيارتك للمستشفى سوف ترى العاملين
في المجال الصحي يغسلون أيديهم باستمرار أو
يستعملون المحلول الذي أساسه الكحول قبل وبعد
تقديم المساعدة لك. إن العاملين في المجال الصحي
مدربون على إتباع تدابير خاصة بنظافة اليدين لتجنب
نقل العدوى .

س. هل يقوم محلول غسل اليدين في القضاء على كل
الجراثيم العالقة بيدي؟
ج. يقوم محلول تنظيف اليدين الذي أساسه الكحول في
القضاء على 99 و 90% من الجراثيم العالقة بيديك .

تذكر

إن لك الحق في السؤال
هل غسلت يديك ؟

إذا كنت غير قادر على إستعمال محلول
غسل اليدين الذي أساسه الكحول لأسباب
دينية أو ثقافية نرجو إستعمال الصابون
والماء لغسل يديك.

كيف تستعمل المحلول الذي أساسه الكحول

اضغط على الرافعة الموجودة فوق القنينة للسماح لكمية
صغيرة من المحلول الذي أساسه الكحول على يديك.
قم بتدليك يديك بالكامل بالمحلول مع التأكد من أن جميع
سطح اليدين قد وصل إليها المحلول بما في ذلك
الرسغين. إستمر في التدليك حتى يجف المحلول تماما.

1. رش رشة واحدة على راحة يدك .



2. قم بتدليك يديك مع بعضهما .



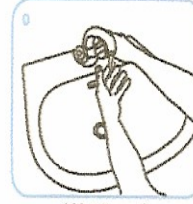
3. حرك السائل على كل جلد اليدين حتى يجف.



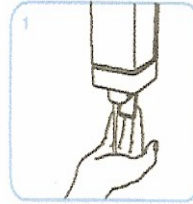
How to handwash?

WASH HANDS ONLY WHEN VISIBLY SOILED! OTHERWISE, USE HANDRUB!

Duration of the entire procedure: 40-60 sec.



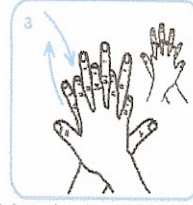
Wet hands
with water



apply enough soap
to cover all hand surfaces.



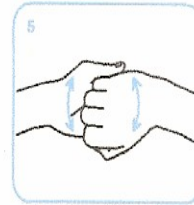
Rub hands palm
to palm



right palm over left dorsum
with interlaced fingers
and vice versa



palm to palm with
fingers interlaced



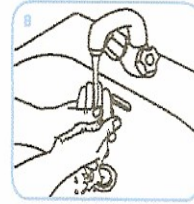
backs of fingers
to opposing palms with
fingers interlocked



rotational rubbing of
left thumb clasped in
right palm and
vice versa



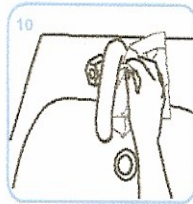
rotational rubbing,
backwards
and forwards with clasped
fingers of right hand in
left palm and vice versa



Rinse hands
with water



dry thoroughly with
a single use towel



use towel to
turn off faucet



...and your
hands are safe.

لماذا نغسل أو ننظف
أيدينا ؟

غسل اليدين بالماء والصابون أو تنظيفهما
بالمحلول الذي أساسه الكحول تقضي على
الجراثيم التي قد تتسبب في المرض.
التخلص من هذه الجراثيم تقلل من فرصة
إصابتنا بالمرض أو نقل العدوى إلى
أشخاص آخرين .

إننا نشجعك للانضمام إلى العاملين في مجال
الرعاية الصحية في تعزيز هذه الممارسة
الهامة وذلك بتنظيف يديك عند دخول هذه
المستشفى وعند المغادرة.
أما الحالات الأخرى التي تحتاج إلى تنظيف
يديك هي:

بعد الذهاب إلى المراض

قبل الأكل أو الشرب

بعد استعمال المناديل الورقية في تنظيف
الأنف.