

## 手部清潔

# VỆ SINH BÀN TAY

### 目的：Mục đích:

清潔雙手，去除污垢，預防看護者、被看護人與環境間交互感染，並傳播病菌，確實洗手可達到保護作用。

Vệ sinh sạch sẽ hai tay, làm sạch những vết bẩn, để phòng chống sự lây truyền qua lại giữa người chăm sóc, người được chăm sóc với môi trường xung quanh, và lây nhiễm vi khuẩn bệnh, rửa tay thật sạch có thể đạt được tác dụng bảo vệ.

### 洗手時機：

#### Thời gian rửa tay:

接觸被看護人前後都必須洗手，包括為被看護人測量體溫、脈搏、血壓、血糖、協助移位、沐浴、穿衣、梳頭、餵食、抽痰、傷口處理，或是處理尿袋、造瘻口處理、整理被看護人周遭環境或用具等，以確實保護彼此，避免相互感染。

Trước và sau khi tiếp xúc với người bệnh đều phải rửa tay, bao gồm khi giúp người bệnh đo thân nhiệt, đo độ ng mạch, đo huyết áp, đo lượng đường máu, hỗ trợ người bệnh di chuyển vị trí, tắm rửa, mặc quần áo, chải tóc, cho ăn, hút đờm, xử lý vết thương, hoặc xử lý túi nước tiểu, xử lý lỗ mở thông bàng quang, dọn dẹp

sắp xếp môi trường xung quanh và đồ dùng của người được chăm sóc, để đảm bảo việc bảo vệ, tránh bị lây nhiễm cho nhau.

### 用物準備：

#### Vật dụng cần chuẩn bị:

洗手液（或肥皂）、擦手紙（或是毛巾）。

Sữa rửa tay (hoặc xà phòng bánh), khăn giấy lau tay (hoặc khăn lau).

### 洗手的正確步驟：

#### Các bước rửa tay đúng cách:

1. 除去手錶及取下手任何之飾品。

Tháo bỏ đồng hồ và mọi đồ trang sức đeo trên tay.

2. 將衣袖捲至肘關節上2-5公分

Xắn tay áo lên phía trên khuỷu tay khoảng 2-5 cm.

列印日期： 年 月 日

單位：

05-2756000 分機：

3. 以清水潤濕手部後，按壓洗手液於雙手並保持手部低於手肘。

Sau khi dùng nước sạch làm ướt tay, bấm sữa rửa tay lên hai tay và giữ cho hai bàn tay thấp hơn khuỷu tay

4. 搓揉雙手至泡沫產生每個部位搓洗至少5-10下（時間至少30-40秒）。

Xoa hai tay cho tới khi có bọt, mỗi một chỗ trên bàn tay xoa ít nhất 5-10 lần (thời gian ít nhất 30-40 giây).

5. 用流動水沖去手上之洗手液。

Dùng vòi nước chảy rửa trôi sữa rửa tay trên tay.

6. 用擦手紙或乾淨毛巾擦乾雙手。

Dùng khăn giấy lau tay hoặc khăn lau lau sạch hai tay.



主辦單位：臺北市勞動力重建運用處

承辦單位：中華民國家庭照顧者關懷總會

Đơn vị tổ chức: Phòng tái thiết vận dụng nguồn lao động thành phố Đài Bắc

Đơn vị thực hiện: Tổng hiệp hội quan tâm người chăm sóc gia đình Trung Hoa Dân Quốc

參考資料：

北市勞動力重建運用處(2017). 臺北市外籍看護照顧手冊引自：

[https://fd.gov.taipei/News\\_Content.aspx?n=67945D18DB76BA5D&sms=973FD07C716974AB&s=6B2018866462E18F](https://fd.gov.taipei/News_Content.aspx?n=67945D18DB76BA5D&sms=973FD07C716974AB&s=6B2018866462E18F)