

手部清潔

Membersihkan Tangan

目的：Tujuan:

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。

Membersihkan kedua tangan, menghilangkan kotoran, mencegah infeksi antar perawat, pasien dan lingkungan serta penyebaran kuman. Dengan mencuci tangan yang bersih baru

memiliki efek perlindungan.

洗手時機：Waktu mencuci tangan:

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。

Guna melindungi satu sama lain agar tidak saling menularkan maka perawat harus mencuci tangan sebelum dan sesudah bersentuhan, termasuk mengukur suhu tubuh, detak nadi, tekanan darah, kadar gula, memindahkan posisi, mandi, mengenakan pakaian, menyisir, menyuapi, menyedot dahak, membersihkan luka atau mengganti kateter urin, membersihkan mulut cystostomy, merapihkan lingkungan atau peralatan pasien.

用物準備：Yang harus dipersiapkan:

洗手液（或肥皂）、擦手紙（或是毛巾）。

Cairan pembersih tangan (atau sabun), kertas pembersih tangan (atau handuk).

洗手的正確步驟：

Prosedur mencuci tangan yang tepat:

1. 除去手錶及取下手上任何之飾品。

Lepaskan jam atau aksesoris tangan.

2. 將衣袖捲至肘關節上2-5 公分

Gulung lengan baju hingga diatas 2-5 cm siku tangan.

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。

Basahkan tangan dengan air, tekan alat pembersih tangan dan pastikan tangan anda lebih rendah dari siku.

列印日期： 年 月 日

單位：

05-2756000 分機：

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）。

Gosok kedua belah tangan hingga berbusa dan setiap bagian gosok 5-10 detik (total 30-40 detik).

5. 用流動水沖去手上之洗手液。

Bilas tangan dari pembersih tangan hingga bersih.

6. 用擦手紙或乾淨毛巾擦乾雙手。

Keringkan kedua belah tangan dengan kertas pembersih tangan atau handuk yang bersih.



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

Penyelenggara: Kantor Pemberdayaan & Rekonstruksi Tenaga Kerja Asing Kota Taipei

Pelaksana: Asosiasi Perawat Rumah Tangga Taiwan

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