

洗手是避免院內交互感染最簡單、有效又最重要的方法。

依據世界衛生組織WHO調查，已開發國家之急性醫院住院病人的院內感染發生率為5-10%，造成住院天數延長約20天。另依照美國疾病管制中心2002年監測資料顯示，該國當年直接或間接因醫療照護相關感染死亡的人數約有99,000人，由此可見預防院內感染之重要性。然而在醫療照護機構中，廣泛存在環境的細菌，通常是經由醫護人員的手和病人照護接觸而獲得感染。醫護工作人員的雙手常為帶菌者，讓微生物從病人到病人之間傳播，也是造成院內感染的重要原因之一，更加說明了手部衛生的重要。

手套不能取代洗手的角色

- 當預期會接觸病人的血液、體液、黏膜或不完整的皮膚時，應戴上手套。
- 照顧病人先從相對乾淨的身體部位，再移至髒污的身體部位。
- 一雙手套只照顧一個病人，不可重複使用。
- 若需戴上手套執行清潔或無菌操作技術，在戴上手套前必須先洗手。
- 當完成可能有暴露病人體液的風險後(包括在脫除手套後)，必須洗手。

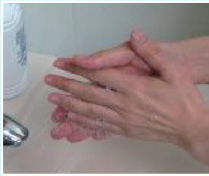
洗手的好處

- 避免醫護人員本身被某些傳染性強的致病菌感染。
- 避免醫護人員執行侵入性醫療措施時增加感染的機會。
- 預防經由醫護人員的雙手造成院內感染的傳播。
- 對於高度傳染性或頑固性細菌之帶菌者或傳播者產生防護措施，減少感染機會。

(1) 正確濕洗手步驟：大約需要40-60秒。



1. 以清水及洗手乳抹在手上



2. 掌心對掌心搓揉



3. 掌心搓揉手背，再兩手交替



4. 指縫間搓揉



5. 指背向掌心搓揉



6. 虎口對拇指搓揉，再兩手交替



7. 指尖對掌心搓揉，再兩手交替



8. 用水沖洗後擦乾雙手，雙手位置須高於手肘

問答集

Q1 世界衛生組織(WHO)是否認為醫療照護人員，使用酒精性乾洗手液則不再需要使用肥皂和水做為手部清潔的工具？

A1 當沒有明顯可見之汙染時，使用酒精性乾洗手液清潔手部。當有明顯可見之血液、體液等汙染或如廁後，使用肥皂和水清潔手部。

(2) 正確乾洗手步驟：按壓、搓手，大約需要20-30秒。



1. 將乾洗手液按壓在手上



2. 掌心對掌心搓揉



3. 掌心搓揉手背，再兩手交替



4. 指縫間搓揉



5. 指背向掌心搓揉



6. 虎口對拇指搓揉，再兩手交替



7. 指尖對掌心搓揉，再兩手交替



8. 乾洗手步驟完成

(資料來源:三軍總醫院)