

HƯỚNG DẪN PHÒNG NGỪA VÀ KIỂM SOÁT NHIỄM KHUẨN

DÀNH CHO NHÂN VIÊN CHĂM SÓC TẠI CƠ SỞ Y TẾ

2024



TRUNG TÂM KIỂM SOÁT
BỆNH TẬT HÀN QUỐC



KAICN

HIỆP HỘI ĐIỀU DƯỠNG KIỂM
SOÁT NHIỄM KHUẨN HÀN QUỐC

- ✓ Tài liệu này được biên soạn nhằm giúp Nhân Viên Chăm Sóc tại cơ sở y tế khi chăm sóc bệnh nhân cần tuân theo các quy tắc cơ bản về phòng ngừa và kiểm soát nhiễm khuẩn để bảo vệ bản thân và bệnh nhân đồng thời góp phần tạo dựng môi trường y tế an toàn.
- ✓ Tại các cơ sở y tế, được khuyến nghị tổ chức giáo dục về phòng ngừa và kiểm soát nhiễm khuẩn cho Nhân Viên Chăm Sóc mới bắt đầu công việc chăm sóc bệnh nhân và hướng dẫn họ tuân thủ các quy tắc phòng ngừa nhiễm khuẩn khi chăm sóc bệnh nhân.

MỤC LỤC

I Quy tắc cơ bản về phòng ngừa và kiểm soát nhiễm khuẩn 3

1. Vệ sinh tay 5
2. Ứng xử đường hô hấp 9
3. Hạn chế tiếp xúc với người khác 12
4. Báo ngay khi có triệu chứng nhiễm khuẩn 12

II Quy tắc phòng ngừa và kiểm soát nhiễm khuẩn khi chăm sóc bệnh nhân 13

1. Hỗ trợ ăn uống 15
2. Hỗ trợ rửa mặt, tắm rửa, đánh răng 16
3. Xử lý chất thải 16
4. Chăm sóc bệnh nhân có đặt ống thông tiểu 17
5. Vệ sinh và khử trùng khu vực xung quanh bệnh nhân 18

III Quy tắc phòng ngừa và kiểm soát nhiễm khuẩn khi sử dụng không gian chung tại bệnh viện 19

1. Phòng tạm nghỉ 21
2. Phòng chuẩn bị suất ăn 21
3. Nhà ăn nhân viên 23
4. Bồn rửa mặt, nhà vệ sinh, phòng tắm công cộng 23

IV Quy tắc phòng ngừa và kiểm soát nhiễm khuẩn khi chăm sóc bệnh nhân cách ly 25

1. Định nghĩa cách ly và nhận diện bệnh nhân cách ly 27
2. Phương thức lây truyền của bệnh truyền nhiễm 28
3. Điều cần lưu ý khi chăm sóc bệnh nhân cách ly 29
4. Cách đeo và tháo các loại trang thiết bị bảo hộ cá nhân 33



HƯỚNG DẪN PHÒNG NGỪA VÀ KIỂM SOÁT NHIỄM KHUẨN

DÀNH CHO NHÂN VIÊN CHĂM SÓC TẠI CƠ SỞ Y TẾ





I

Quy tắc cơ bản về phòng ngừa và kiểm soát nhiễm khuẩn

1. Vệ sinh tay
2. Ứng xử đường hô hấp
3. Hạn chế tiếp xúc với người khác
4. Báo ngay khi có triệu chứng nhiễm khuẩn



I | Quy tắc cơ bản về phòng ngừa và kiểm soát nhiễm khuẩn



Thông điệp chính

- Vệ sinh tay giúp loại bỏ các mầm bệnh bám trên tay trong sinh hoạt hàng ngày và khi thực hiện các hoạt động chăm sóc bệnh nhân, từ đó bảo vệ bệnh nhân và bản thân khỏi nguy cơ nhiễm trùng.
- Đeo khẩu trang và xử lý nước bọt, đờm đúng cách có thể ngăn ngừa sự lây nhiễm qua giọt bắn đường hô hấp.
- Khi có triệu chứng nhiễm khuẩn (như ho và các triệu chứng về đường hô hấp khác, sốt trên 38°C, tiêu chảy, v.v.) cần phải báo ngay và thực hiện các biện pháp cần thiết như xét nghiệm để ngăn ngừa sự lây lan của bệnh truyền nhiễm.

1. Vệ sinh tay

1. Khi nào cần vệ sinh tay?

Vệ sinh tay là biện pháp quan trọng để ngăn ngừa nhiễm trùng và ngăn chặn sự lây lan trong cơ sở y tế. Trong các tình huống sau nhất định phải thực hiện vệ sinh tay.

Ⓞ Trước khi tiếp xúc bệnh nhân

Ⓞ Trước khi thực hiện các thao tác sạch

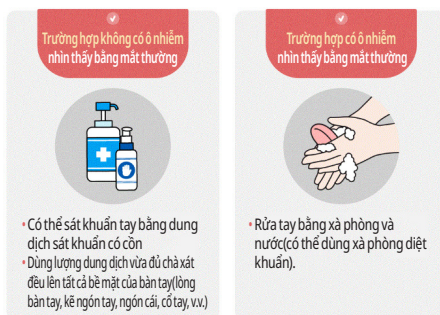
- Trước khi xử lý thực phẩm
- Trước khi cho bệnh nhân uống thuốc hoặc ăn uống.
- Trước khi chạm vào thiết bị y tế trên cơ thể bệnh nhân: kim tiêm, ống dẫn nước tiểu, ống nội khí quản v.v.
- Trước khi bản thân ăn uống

Ⓞ Sau khi thực hiện hành vi gây ô nhiễm

- Sau khi sử dụng nhà vệ sinh

- Sau khi thay tã/bỉm cho bệnh nhân
 - Sau khi đổ bình dẫn lưu hoặc bình nước tiểu
 - Sau khi chạm hoặc tháo khẩu trang
- Ⓢ Sau khi chạm vào giường hoặc các vật dụng khác của bệnh nhân
 - Ⓢ Khi rời giường bệnh sang khu vực chung, hoặc khi từ khu vực chung quay lại phòng bệnh
 - Ⓢ Sau khi sử dụng không gian có nhiều người tiếp xúc như phòng tắm hoặc thang máy v.v.

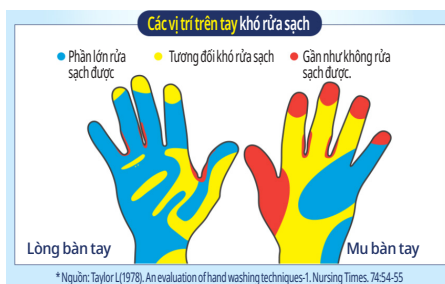
2. Vệ sinh tay, thực hiện bằng gì?



※ Nguồn: Trung tâm kiểm soát bệnh tật Hàn Quốc

3. Vệ sinh tay, thực hiện như thế nào?

Nếu vệ sinh tay không đúng cách, sau khi rửa vẫn sẽ còn một lượng vi sinh vật đáng kể trên tay.



※ Nguồn: Trung tâm kiểm soát bệnh tật Hàn Quốc

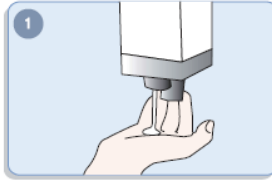
Ⓞ Rửa tay bằng bột xà phòng dưới vòi nước chảy trong ít nhất 30 giây.

Ⓞ Khi rửa tay, cần rửa tất cả các vị trí trên tay bao gồm lòng bàn tay, mu bàn tay, dưới móng tay và kẽ ngón tay v.v.

Cách rửa tay bằng xà phòng(dung dịch sát khuẩn) và nước



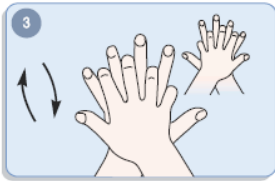
Làm ướt tay bằng nước.



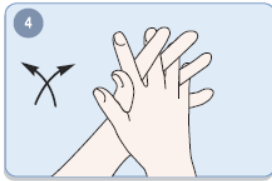
Lấy đủ lượng xà phòng/dung dịch sát khuẩn.



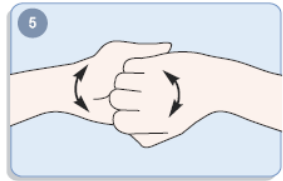
Chà xát hai lòng bàn tay vào nhau.



Dùng lòng bàn tay chà xát mu bàn tay. Đổi tay và làm tương tự.



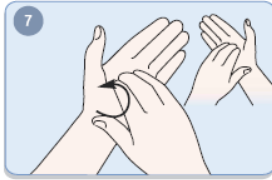
Đan các ngón tay vào nhau và chà xát lòng bàn tay.



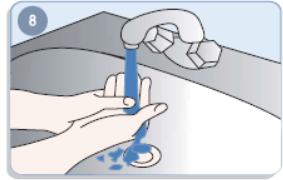
Chấp tay và chà xát mặt sau các ngón tay lên lòng bàn tay đối diện.



Nắm ngón tay cái và chà xát theo chuyển động xoay tròn. Đổi tay và làm tương tự.



Chà xát móng tay lên lòng bàn tay. Đổi tay và làm tương tự.



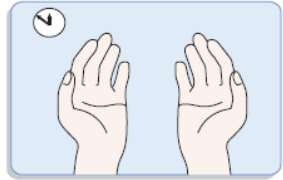
Rửa tay lại bằng nước.



Sử dụng khăn giấy dùng một lần để lau tay.



Dùng khăn giấy để khóa vòi nước.

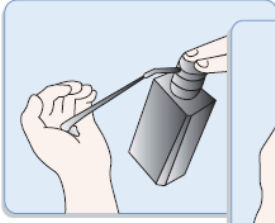


Bàn tay sạch đã sẵn sàng.

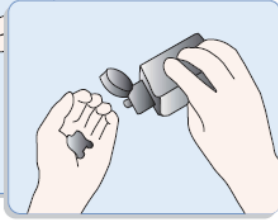
※ Nguồn: Tiêu chuẩn hướng dẫn phòng ngừa lây nhiễm liên quan đến y tế. Trung tâm Kiểm soát bệnh tật Hàn Quốc(2017).

- ⦿ Nếu bề mặt tay không nhìn thấy vết bẩn bằng mắt thường có thể sử dụng dung dịch sát khuẩn tay mà không cần nước.

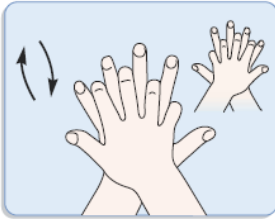
Phương pháp sát khuẩn tay bằng dung dịch cồn



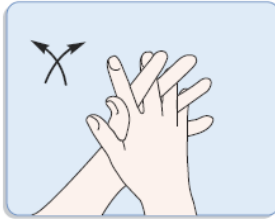
Khum bàn tay lại và thoa đều gel sát khuẩn lên toàn bộ bề mặt bàn tay.



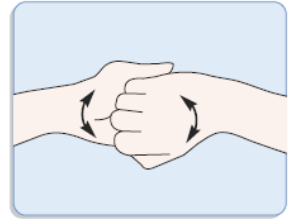
Chà xát hai lòng bàn tay vào nhau.



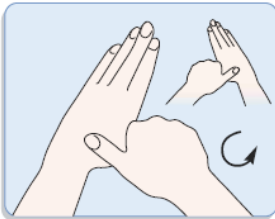
Dùng lòng bàn tay chà xát mu bàn tay kia. Đổi tay và làm tương tự.



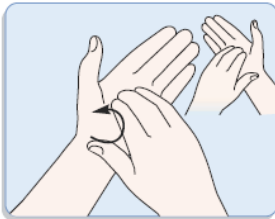
Đan các ngón tay vào nhau và chà xát lòng bàn tay.



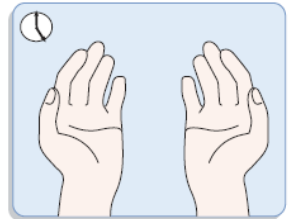
Chấp tay lại và chà xát mặt sau các ngón tay lên lòng bàn tay đối diện.



Nắm ngón tay cái và chà xát theo chuyển động xoay tròn. Đổi tay và làm tương tự.



Chà xát móng tay lên lòng bàn tay. Đổi tay và làm tương tự.




Để tay khô hoàn toàn.

※ Nguồn: Tiêu chuẩn hướng dẫn phòng ngừa lây nhiễm liên quan đến y tế. Trung tâm Kiểm soát bệnh tật Hàn Quốc(2017).

2. Ứng xử đường hô hấp

1. Đeo khẩu trang

- ⊕ Phải đeo khẩu trang khi có các triệu chứng về đường hô hấp như ho, hắt hơi, sổ mũi v.v.
- ⊕ Phải đeo khẩu trang khi chăm sóc bệnh nhân có các triệu chứng về đường hô hấp như ho, hắt hơi hoặc sổ mũi v.v.
- ⊕ Các loại khẩu trang và cách lựa chọn

Phân loại	Khẩu trang KF94 ¹⁾ , khẩu trang N95 ²⁾	Khẩu trang phòng giọt bắn, khẩu trang phẫu thuật	
Mục đích	Sản phẩm được dùng để bảo vệ đường hô hấp khỏi nguồn lây nhiễm.	Sản phẩm dùng để ngăn ngừa lây nhiễm qua giọt bắn khi ho, hắt hơi, sổ mũi, v.v.	
Hình dáng	3D(gấp lại được)	3D(dạng cốc)	Dạng phẳng
			
Sử dụng	- Khi chăm sóc bệnh nhân mắc các bệnh về đường hô hấp như lao phổi, thủy đậu hoặc sởi.	- Khi có các triệu chứng về đường hô hấp như ho, hắt hơi hoặc sổ mũi v.v. - Khi chăm sóc bệnh nhân có các triệu chứng về đường hô hấp như ho, hắt hơi hoặc sổ mũi v.v.	

1) KF là viết tắt của Korea Filter và con số đứng sau chữ KF cho biết hiệu suất lọc bụi của sản phẩm. Khẩu trang KF có khả năng chặn ít nhất 94% các hạt có kích thước trung bình 0,4 µm.

2) Theo tiêu chuẩn của Viện Quốc gia về An toàn và Sức khỏe Nghề nghiệp Hoa Kỳ(NIOSH)đây là loại khẩu trang có hiệu suất lọc ít nhất 95% đối với các hạt sol khí có kích thước 0,3µm. Chữ N có nghĩa là các hạt sol khí này không chứa dầu (non-oil aerosol)

2. Cách đeo, sử dụng và tháo khẩu trang đúng cách

- ⊕ Đeo khẩu trang sao cho che kín hoàn toàn mũi và miệng.
- ⊕ Thay khẩu trang khi bị ướt, bẩn hoặc hư hỏng.
- ⊕ Không đặt khăn hoặc khăn giấy vào bên trong khẩu trang khi đeo.
- ⊕ Không chạm tay vào mặt ngoài của khẩu trang khi đang đeo.
- ⊕ Khẩu trang đã tháo ra nên vứt vào thùng rác.



※ Nguồn: Trung tâm kiểm soát bệnh tật Hàn Quốc

🕒 Cách đeo khẩu trang

- (Khẩu trang chống giọt bắn) kéo các nếp gấp của khẩu trang lên xuống để che kín mũi và miệng, sau đó đeo vào tai hoặc buộc dây ra phía sau gáy và đầu → Ấn vào sống mũi để đảm bảo khẩu trang vừa khít.



④ Cách tháo khẩu trang

- (Khẩu trang chống giọt bắn) Chú ý không chạm tay vào mặt ngoài của khẩu trang khi tháo mà nên nắm vào dây treo ở tai để gỡ ra



3. Khi ho hoặc hắt hơi mà không đeo khẩu trang, hãy che mũi và miệng bằng ống tay áo thay vì dùng bàn tay



※ Nguồn: Trung tâm kiểm soát bệnh tật Hàn Quốc

4. Xử lý nước bọt, đờm đúng cách tránh bắn ra xung quanh

- Ⓞ Không để nước bọt và đờm bắn vào người khác và môi trường xung quanh.
- Ⓞ Khi bệnh nhân ho hoặc khạc đờm, hãy nhớ che miệng bằng khăn giấy.
- Ⓞ Khăn giấy sau khi sử dụng nên gói một lớp giấy nữa rồi bỏ ngay vào thùng rác, sau đó vệ sinh tay.

3. Hạn chế tiếp xúc với người khác

- Ⓞ Hạn chế các cuộc trò chuyện hoặc ăn uống không cần thiết với bệnh nhân, người nhà hoặc người chăm sóc khác.
- Ⓞ Không nên đến các giường bệnh, phòng bệnh hoặc khu điều trị khác ngoài giường bệnh đang phụ trách.

4. Báo ngay khi có triệu chứng nhiễm khuẩn

Khi có các triệu chứng nhiễm trùng sau đây cần báo ngay để thực hiện khám và xét nghiệm

- Ⓞ Sốt từ 38°C trở lên
- Ⓞ Ho hoặc các triệu chứng về đường hô hấp
- Ⓞ Tiêu chảy, nôn ói hoặc nghi ngờ nhiễm trùng đường ruột.
- Ⓞ Phát ban, mụn nước hoặc các bệnh lý về da khác.

2023.10.16. Trung tâm kiểm soát bệnh tật Hà Quốc

Ứng xử khi chăm sóc bệnh nhân để phòng ngừa nhiễm khuẩn liên quan y tế

1 Thực hiện vệ sinh tay trong các trường hợp sau:

-  Trước và sau khi tiếp xúc với bệnh nhân
-  Trước và sau khi rời khỏi phòng bệnh
-  Trước khi dọn dẹp môi trường xung quanh bệnh nhân và trước khi ăn

2 Khi chăm sóc bệnh nhân, cần lưu ý các điều sau:

-  Đeo khẩu trang khi chăm sóc bệnh nhân bệnh đường hô hấp hoặc bệnh nhân có triệu chứng.
-  Người chăm sóc nên tránh tiếp xúc với các bệnh nhân khác.
-  Hạn chế trò chuyện hoặc ăn uống không cần thiết với người chăm sóc bệnh nhân khác.

※ Nguồn: Trung tâm kiểm soát bệnh tật Hà Quốc



II

Quy tắc phòng ngừa và kiểm soát nhiễm khuẩn khi chăm sóc bệnh nhân

1. Hỗ trợ ăn uống
2. Hỗ trợ rửa mặt, tắm rửa, đánh răng
3. Xử lý chất thải
4. Chăm sóc bệnh nhân có đặt ống thông tiểu
5. Vệ sinh và khử trùng khu vực xung quanh bệnh nhân



II | Quy tắc phòng ngừa và kiểm soát nhiễm khuẩn khi chăm sóc bệnh nhân



Thông điệp chính

- Bệnh nhân có thể bị nhiễm trùng khi vi khuẩn xâm nhập vào cơ thể qua thức ăn hoặc các dụng cụ đưa vào cơ thể vì vậy cần được quản lý và giữ gìn vệ sinh sạch sẽ.
- Môi trường xung quanh bệnh nhân có thể bị nhiễm vi khuẩn nên cần được vệ sinh và khử trùng định kỳ.
- Việc vệ sinh nên sử dụng chất tẩy rửa (như xà phòng v.v.) và nước để lau sạch vi khuẩn, sau đó khử trùng bề mặt sẽ giúp giảm thêm nguy cơ nhiễm trùng do vi khuẩn còn sót lại.

1. Hỗ trợ ăn uống

- ④ Trước khi hỗ trợ bệnh nhân ăn uống cả bệnh nhân và người chăm sóc cần thực hiện vệ sinh tay sạch sẽ.
- ④ Bữa ăn của bệnh nhân nên dùng ngay sau khi được cung cấp, không nên giữ lại để ăn sau đó.
 - Thức ăn có thể bị hỏng trong quá trình bảo quản
 - Việc cung cấp thức ăn ngoài khẩu phần của bệnh nhân có thể ảnh hưởng đến quá trình điều trị : chế độ ăn dành cho bệnh tiểu đường, thức ăn nhạt v.v.
- ④ Khi hỗ trợ ăn uống, nên cho bệnh nhân ăn từ từ và cung cấp lượng thức ăn vừa phải để tránh bị sặc.
 - Nếu thức ăn đi vào đường thở có thể gây viêm phổi và nguy cơ bị ngạt.
 - Nếu bệnh nhân khó nuốt cần ngừng cho ăn và báo ngay cho y tá.

- ⊕ Sau bữa ăn, cần thực hiện đánh răng để vệ sinh răng miệng cho bệnh nhân.
 - ▶ Sự sinh sôi của vi khuẩn trong miệng có thể gây nhiễm trùng răng miệng và viêm phổi.
 - ▶ Ngay cả khi bệnh nhân không có răng vẫn nên dùng kem đánh răng hoặc dung dịch sát khuẩn để làm sạch.
- ⊕ Ly uống nước, dụng cụ ăn uống cá nhân và thực phẩm của bệnh nhân phải được rửa tại bồn rửa chỉ định.
 - ▶ Không được rửa tại bồn rửa trong nhà vệ sinh hoặc bồn rửa ở phòng chứa chất thải nơi có nhiều vi khuẩn gây bệnh.

2. Hỗ trợ rửa mặt, tắm rửa, đánh răng

- ⊕ Chú ý giữ cho các vị trí có gắn thiết bị y tế, vết mổ hoặc vết thương không bị chạm nước.
- ⊕ Khi tắm, lau mặt trước tiên, rửa vùng xung quanh hậu môn sau cùng.
- ⊕ Khăn tắm phải được giặt bằng xà phòng, phơi khô sau mỗi lần sử dụng.
- ⊕ Bàn chải và cốc đánh răng của bệnh nhân phải được rửa sạch và phơi khô sau mỗi lần sử dụng.
- ⊕ Bồn rửa mặt hoặc bồn rửa dụng cụ cần được vệ sinh bằng xà phòng và nước đồng thời sắp xếp gọn gàng để duy trì sạch sẽ.

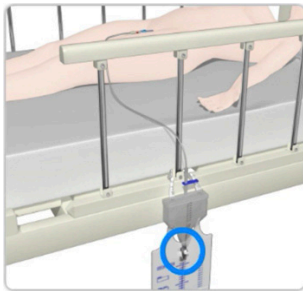
3. Xử lý chất thải

- ⊕ Khi xử lý chất thải của bệnh nhân nhất định phải đeo găng tay dùng một lần và tuân thủ các quy tắc vệ sinh.
- ⊕ Khi đang đeo găng tay đã dùng để xử lý chất thải của bệnh nhân, không nên chạm vào bộ phận sạch khác hoặc các vật dụng xung quanh bệnh nhân.
- ⊕ Loại khăn ướt dùng để xử lý phân không được sử dụng để lau mặt, lau tay hoặc môi trường xung quanh bệnh nhân.
- ⊕ Sau khi thay tã cho bệnh nhân để tránh gây ô nhiễm xung quanh nên gói tã đã dùng cẩn thận rồi bỏ vào thùng rác quy định.
- ⊕ Khi xử lý chất thải của bệnh nhân, cần tuân thủ các nội dung sau:

- Chất thải(nước tiểu, phân v.v.) phải được vứt ở nơi quy định(như bồn cầu) và cẩn thận để không văng ra xung quanh khi xử lý chất thải.
 - Bô của bệnh nhân(dụng cụ tiểu tiện và đại tiện) nhất định phải được rửa tại bồn rửa chỉ định và sau đó làm khô tại nơi quy định(không được rửa ở bồn rửa mặt nhà vệ sinh hoặc bồn rửa dụng cụ).
 - Bô của bệnh nhân không được sử dụng cùng với bệnh nhân khác.
- ⊙ Trong trường hợp nước tiểu hoặc phân làm ô nhiễm sàn nhà, dùng giấy ướt hoặc tá để thấm hút nước tiểu hoặc phân rồi lau sạch, sau đó thông báo cho nhân viên phụ trách khử trùng phòng bệnh hoặc nhân viên y tế tiến hành khử trùng sàn nhà.

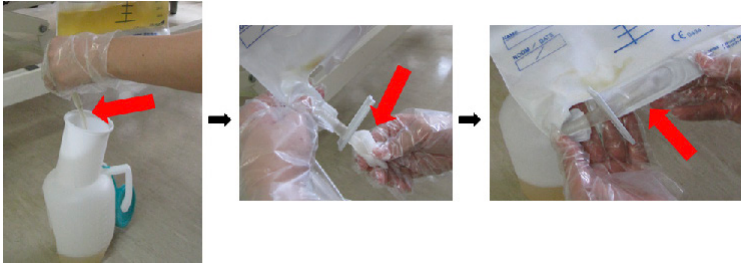
4. Chăm sóc bệnh nhân có đặt ống thông tiểu

- ⊙ Đối với bệnh nhân có đặt ống thông tiểu(dây dẫn nước tiểu) phải tuân thủ các điều sau:
- Túi nước tiểu (túi đựng nước tiểu) phải luôn được đặt thấp hơn rốn của bệnh nhân.
 - Giữ cho dây dẫn nước tiểu không bị xoắn để nước tiểu luôn thông suốt.
 - Kẹp(clamp) của ống dẫn nước tiểu phải luôn được mở, chỉ kẹp lại khi có chỉ thị của y tá và mở lại sau khi xong việc.
 - Cố định ống thông tiểu chắc chắn để không bị tuột ra và tránh bị kéo căng.



※ Nguồn: Trung tâm kiểm soát bệnh tật Hàn Quốc(2019), Báo cáo kết quả cuối cùng¹Thúc đẩy việc thực hiện và đánh giá hiệu quả Hướng dẫn phòng ngừa nhiễm trùng đường tiết niệu liên quan đến chăm sóc y tế.

- Cần giữ cho túi nước tiểu không chạm sàn nhà.
- Khi đổ nước tiểu chú ý không để vòi xả của túi nước tiểu chạm vào bô hoặc bồn tiểu.
- Sau khi đổ nước tiểu, dùng bông tẩm cồn lau sạch vòi xả của túi nước tiểu rồi đặt nắp lại.



※ Nguồn: Trung tâm kiểm soát bệnh tật Hàn Quốc(2012), Báo cáo kết quả cuối cùng 「Nghiên cứu can thiệp và phân tích hiệu quả trong kiểm soát nhiễm trùng(nhiễm trùng đường tiết niệu/ nhiễm trùng huyết)」

5. Vệ sinh và khử trùng khu vực xung quanh bệnh nhân

Ⓜ Vùng xung quanh bệnh nhân cần được vệ sinh và khử trùng định kỳ để luôn duy trì sạch sẽ.

- Các vật dụng sạch(dụng cụ ăn uống, đồ rửa mặt, khăn sạch v.v.) phải bảo quản riêng với các vật dụng khác để tránh bị ô nhiễm.
- Các bề mặt mà bệnh nhân tiếp xúc như giường bệnh hoặc bàn ăn phải được lau ít nhất mỗi ngày một lần. Khi lau nên sử dụng giấy lau dùng một lần và nếu dùng khăn lau tái sử dụng, phải giặt bằng xà phòng sau mỗi lần sử dụng trước khi dùng lại.
- Sau khi vệ sinh và khử trùng nhất định phải rửa tay.



Vệ sinh

Dùng chất tẩy rửa và nước để loại bỏ các tác nhân gây nhiễm bám trên bề mặt giúp ngăn ngừa sự lây lan của vi khuẩn

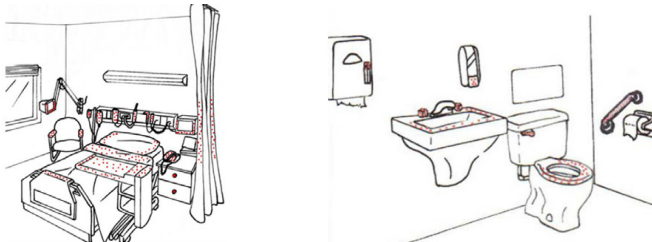


Khử trùng

Loại bỏ vi khuẩn hoặc virus và các mầm bệnh trên bề mặt giúp giảm nguy cơ lây nhiễm.

※ Nguồn: Trung tâm kiểm soát bệnh tật Hàn Quốc

Xung quanh bệnh nhân – các bề mặt thường xuyên tiếp xúc



※ Nguồn: Các thực hành tốt nhất về Vệ sinh môi trường để phòng ngừa và kiểm soát nhiễm trùng trong tất cả các cơ sở y tế. Ấn bản thứ 3. Ủy ban tư vấn bệnh truyền nhiễm Tỉnh (4.2018).



III

Quy tắc phòng ngừa và kiểm soát nhiễm khuẩn khi sử dụng không gian chung tại bệnh viện

1. Phòng tạm nghỉ
2. Phòng chuẩn bị suất ăn
3. Nhà ăn nhân viên
4. Bồn rửa mặt, nhà vệ sinh, phòng tắm công cộng



III | Quy tắc phòng ngừa và kiểm soát nhiễm khuẩn khi sử dụng không gian chung tại bệnh viện



Thông điệp chính

- Bệnh viện là nơi có nhiều bệnh nhân mang các loại nhiễm trùng khác nhau và cả những bệnh nhân suy giảm miễn dịch, nên cần chú ý vệ sinh tay và đeo khẩu trang ở khu vực chung để tránh nguy cơ lây nhiễm chéo.
- Nếu tay hoặc quần áo của nhân viên chăm sóc bị nhiễm khuẩn tại khu vực chung, chúng có thể truyền sang bệnh nhân mà họ chăm sóc, vì vậy khi sử dụng các không gian chung cần chú ý để tránh bị ô nhiễm.

1. Phòng tạm nghỉ

- Ⓞ Không ăn uống trong phòng nghỉ.
- Ⓞ Trong phòng tạm nghỉ, không thực hiện các hành vi gây ô nhiễm như thay tã hay đổ nước tiểu v.v.
- Ⓞ Sau khi rời phòng nghỉ và trước khi vào phòng bệnh cần thực hiện vệ sinh tay.

2. Phòng chuẩn bị suất ăn

- Ⓞ Hạn chế ăn uống tại phòng chuẩn bị suất ăn.
- Ⓞ Thực hiện vệ sinh tay trước khi sử dụng máy lọc nước và sử dụng cốc dùng một lần hoặc cốc đã rửa sạch. Chú ý không để miệng bình nước hoặc miệng cốc chạm vào vòi nước.
- Ⓞ Khi sử dụng lò vi sóng, không để thức ăn tràn ra bên trong gây ô nhiễm lò.

- Ⓞ Tủ lạnh chung phải luôn giữ gìn sạch sẽ và nên gắn tên lên hộp đựng thức ăn khi bảo quản.
 - Không bảo quản thức ăn trong hộp lớn (như thùng kimchi v.v.) nên chia ra các hộp nhỏ để bảo quản.
- Ⓞ Không đổ thức ăn vào bồn rửa bát, sau khi sử dụng bồn rửa phải làm sạch khu vực xung quanh.
- Ⓞ Sau khi sử dụng phòng chuẩn bị suất ăn, thực hiện vệ sinh tay trước khi quay về phòng bệnh.

Nước máy lọc chỉ được dùng để uống.

Điều cần chú ý khi sử dụng máy lọc nước!!



Vệ sinh tay trước khi sử dụng máy lọc nước!



Sử dụng cốc dùng một lần hoặc cốc đã được rửa sạch!



Chú ý đừng để cốc chạm vào vòi nước máy lọc nước!

Không được sử dụng máy lọc nước như sau!



Không sử dụng chén bát, cốc chưa rửa



Không rửa trái cây, rau củ bằng nước từ máy lọc nước.



Không đổ nước hoặc đồ uống còn thừa vào máy lọc nước.

3. Nhà ăn nhân viên

- ⊕ Vệ sinh tay trước khi ăn.
- ⊕ Hạn chế nói chuyện trong khi ăn.
 - Không sử dụng chung dụng cụ ăn uống, không ăn chung các món ăn phụ v.v.

4. Bồn rửa mặt, nhà vệ sinh, phòng tắm công cộng

- ⊕ Sau khi sử dụng bồn rửa chung, lau sạch bề mặt bồn rửa mặt để tiện cho người dùng tiếp theo.
- ⊕ Dụng cụ đánh răng(kem đánh răng, bàn chải răng, cốc đánh răng) không dùng chung với người khác.
 - Dán tên lên dụng cụ để sử dụng riêng.
 - Nếu dùng chung kem đánh răng hãy vắt ra giấy hoặc khăn giấy rồi chuyển sang bàn chải răng cá nhân.
- ⊕ Không để bàn chải và cốc đánh răng đã sử dụng lên bồn rửa, sau khi dùng rửa sạch rồi để khô.
 - Cốc đánh răng phải bảo quản riêng để tránh bị lẫn với cốc của người khác.
- ⊕ Sau khi đi vệ sinh, nhất định phải rửa tay.
- ⊕ Sau khi tắm xong, dọn dẹp sạch sẽ xung quanh và thông gió phòng.
- ⊕ Các vật dụng vệ sinh cá nhân như khăn tắm, bấm móng tay, lược chải tóc v.v không được dùng chung với người khác.

HƯỚNG DẪN PHÒNG NGỪA VÀ KIỂM SOÁT NHIỄM KHUẨN

DÀNH CHO NHÂN VIÊN CHĂM SÓC TẠI CƠ SỞ Y TẾ





IV

Quy tắc phòng ngừa và kiểm soát nhiễm khuẩn khi chăm sóc bệnh nhân cách ly

1. Định nghĩa cách ly và nhận diện bệnh nhân cách ly
2. Phương thức lây truyền của bệnh truyền nhiễm
3. Điều cần lưu ý khi chăm sóc bệnh nhân cách ly
4. Cách đeo và tháo các loại trang thiết bị bảo hộ cá nhân



IV | Quy tắc phòng ngừa và kiểm soát nhiễm khuẩn khi chăm sóc bệnh nhân cách ly



Thông điệp chính

- Cần cách ly những bệnh nhân có khả năng lây nhiễm bệnh cho các bệnh nhân khác.
- Về nguyên tắc, việc cách ly nên sử dụng phòng đơn, nhưng tùy thuộc vào loại lây nhiễm, tình trạng bệnh nhân hoặc tình hình của cơ sở y tế có thể cách ly tại phòng nhiều giường.
- Khi chăm sóc bệnh nhân cách ly, hạn chế tiếp xúc với các bệnh nhân khác hoặc người nhà ngoài bệnh nhân đang phụ trách để tránh lây nhiễm cho những bệnh nhân dễ bị lây nhiễm.
- Phương pháp cách ly và biện pháp phòng ngừa khác nhau tùy thuộc vào phương thức lây nhiễm, vì vậy hãy đảm bảo thực hiện tất cả các biện pháp phòng ngừa cần thiết.

1. Định nghĩa về cách ly và nhận diện bệnh nhân cách ly

1. Cách ly là gì, làm thế nào để nhận biết bệnh nhân đang cách ly?

- ④ Cách ly là sắp xếp những bệnh nhân mắc bệnh truyền nhiễm hoặc nghi ngờ mắc bệnh truyền nhiễm vào phòng bệnh riêng hoặc cùng với những bệnh nhân mắc cùng một loại bệnh truyền nhiễm, nhằm ngăn ngừa sự lây lan của mầm bệnh cho bệnh nhân khác.
 - Ngoài ra, bao gồm phương pháp cách ly chung phòng bệnh với các bệnh nhân khác nhưng ngăn cách không gian riêng như (kéo rèm v.v.) hoặc sử dụng thiết bị bảo hộ cá nhân để hạn chế tiếp xúc với các bệnh nhân khác.
- ④ Bệnh nhân cách ly được biểu thị ký hiệu để nhân viên cơ sở y tế có thể nhận biết. Các biểu thị ở mỗi cơ sở y tế khác nhau, vì vậy hãy yêu cầu cơ quan nơi bạn làm việc hướng dẫn.

Ví dụ về biểu thị cách ly 1



Chú ý lây truyền qua tiếp xúc
(Contact Precapution)



Chú ý lây truyền thông thường
(Standard Precapution)



Chú ý lây truyền qua giọt bắn
(Droplet Precapution)



Chú ý lây truyền qua không khí
(Airborne Precapution)

Ví dụ về biểu thị cách ly 2

Chú ý lây truyền qua không khí

AIRBORNE PRECAUTIONS

Khách đến thăm phải thông báo cho phòng y tá trước khi vào phòng bệnh



































































































































































































































































































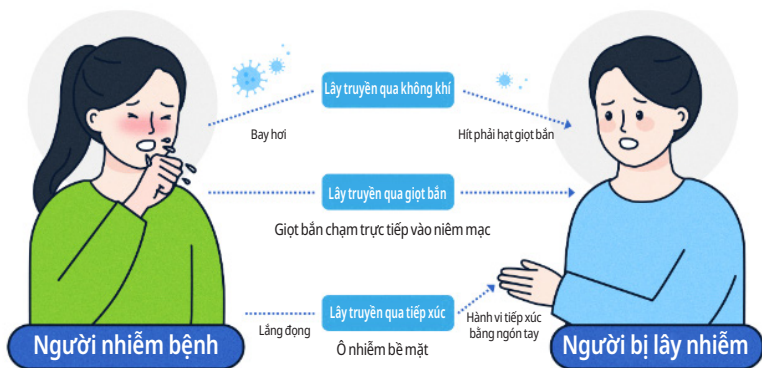








- (Lây truyền qua không khí) là các hạt giọt bắn hô hấp rất nhỏ và nhẹ, lơ lửng trong không khí rồi đi vào đường hô hấp của người khác gây nhiễm bệnh. Các bệnh liên quan bao gồm lao, thủy đậu, sởi v.v.
- (Lây truyền qua tiếp xúc) là lây nhiễm khi tiếp xúc trực tiếp như chạm vào người bệnh hoặc chạm vào các vật dụng mà bệnh nhân sử dụng. Các bệnh liên quan bao gồm sốt thương hàn, bệnh tả, nhiễm khuẩn kháng kháng sinh, ghẻ v.v.



※ Nguồn: Trung Tâm Kiểm Soát Bệnh Tật Hàn Quốc

3. Điều cần lưu ý khi chăm sóc bệnh nhân cách ly

1. Các quy định tuân thủ cơ bản

- Ⓢ Phải tuân thủ nghiêm ngặt các quy tắc phòng ngừa và quản lý nhiễm khuẩn áp dụng cho tất cả bệnh nhân.
 - ※ II. Tham khảo quy tắc phòng ngừa và quản lý nhiễm khuẩn khi chăm sóc bệnh nhân
- Ⓢ Trong số các bệnh lây nhiễm, nếu có nguy cơ lây nhiễm cho người khỏe mạnh thì việc chăm sóc sẽ bị hạn chế. Tuy nhiên, Trong trường hợp không có nguy cơ lây nhiễm hoặc rất thấp, có thể chăm sóc bệnh nhân nhưng cần tuân thủ các biện pháp phòng ngừa theo từng đường lây truyền để tránh lây lan cho bệnh nhân để bị lây nhiễm khác.
- Ⓢ Phải tuân thủ nguyên tắc và các biện pháp phòng ngừa theo đường lây truyền, nhưng mỗi cơ sở y tế có thể hướng dẫn chi tiết khác nhau vui lòng làm theo hướng dẫn của cơ sở y tế liên quan.

2. Bệnh nhân cách ly do giọt bắn

- ④ Điều quan trọng nhất là không để giọt bắn đường hô hấp văng ra xung quanh khi bệnh nhân ho, hắt hơi hoặc nói chuyện, vì vậy bệnh nhân phải đeo khẩu trang.
- ④ Trường hợp bệnh nhân ở phòng nhiều giường không thể đeo khẩu trang thì phải kéo rèm che để giọt bắn không văng sang phía giường của bệnh nhân khác.
- ④ Người tiếp cận bệnh nhân trong khoảng cách dưới 1 mét bắt buộc phải đeo khẩu trang.
- ④ Giọt bắn đường hô hấp của bệnh nhân có thể làm ô nhiễm da, quần áo, vật dụng, giường bệnh cũng như các vật dụng và môi trường xung quanh, nên sau khi chạm vào bệnh nhân hoặc môi trường xung quanh nhất định phải vệ sinh tay và thường xuyên lau chùi các bề mặt xung quanh bằng chất khử trùng.
- ④ Đeo găng tay dùng một lần khi xử lý hoặc chạm vào những chỗ có nhiễm nhiều giọt bắn và vệ sinh tay sau khi tháo găng tay.
- ④ Không đặt đồ dùng cá nhân của bệnh nhân ở những nơi sử dụng chung như (tủ lạnh, nhà vệ sinh, bồn rửa mặt v.v.).
- ④ Cốc uống nước của bệnh nhân nên sử dụng loại dùng một lần nếu có thể, các dụng cụ ăn như chén bát, muỗng đũa phải được trả về nhà bếp bệnh viện để rửa. Tuyệt đối không rửa ở nhà vệ sinh công cộng hay phòng chuẩn bị suất ăn.
- ④ Các vật dụng bị nhiễm giọt bắn nên được bỏ vào thùng đựng chất thải y tế.

3. Bệnh nhân cách ly đường không khí

- ④ Luôn đóng cửa phòng để không khí bên trong phòng cách ly không tràn ra hành lang hoặc các phòng khác.
- ④ Bệnh nhân cách ly đường không khí bị cấm ra khỏi phòng bệnh, trường hợp đi kiểm tra hoặc điều trị theo sự hướng dẫn của nhân viên y tế thì phải cho bệnh nhân đeo khẩu trang rồi mới được ra khỏi phòng bệnh.

• Bệnh nhân lao đường hô hấp

- Người khỏe mạnh cũng có nguy cơ bị lây nhiễm nên trong trường hợp chăm sóc bệnh nhân trong thời gian cách ly phải luôn đeo khẩu trang N95 khi ở trong phòng bệnh, những việc phải tháo khẩu trang như ăn uống hoặc đánh răng phải được thực hiện ở địa điểm bên ngoài phòng bệnh.
- Các điều khoản chi tiết phải kiểm tra và tuân thủ theo các lưu ý của cơ sở y tế liên quan.

• Bệnh nhân sởi

- Những người đã từng bị sởi hoặc đã hoàn thành tiêm chủng phòng sởi 2 liều có khả năng miễn dịch nên không bị lây nhiễm và có thể chăm sóc bệnh nhân sởi.
- Trường hợp người chăm sóc chưa từng bị sởi hoặc chưa hoàn thành tiêm chủng phòng sởi 2 liều mà thực hiện chăm sóc, trong thời gian cách ly thì phải luôn đeo khẩu trang N95 khi ở trong phòng bệnh.
- Khi rời khỏi phòng bệnh, phải đóng cửa phòng bệnh rồi mới tháo khẩu trang N95.

• Bệnh nhân thủy đậu

- Những người đã từng bị thủy đậu hoặc đã hoàn thành tiêm chủng phòng thủy đậu 2 liều sẽ có khả năng miễn dịch nên không bị lây nhiễm và có thể chăm sóc bệnh nhân thủy đậu.
- Nếu người chăm sóc chưa từng bị thủy đậu hoặc chưa hoàn thành tiêm chủng phòng thủy đậu 2 liều mà thực hiện chăm sóc trong thời gian cách ly thì phải luôn đeo khẩu trang N95, găng tay và áo choàng khi ở trong phòng bệnh.
- Khi rời khỏi phòng bệnh, phải tháo găng tay và áo choàng ở bên trong rồi sau đó ra khỏi phòng bệnh mới được tháo khẩu trang N95.

Ⓢ Sởi, thủy đậu, có chứa virus làm tổn thương da và dịch tiết đường hô hấp vì vậy phải vệ sinh tay thường xuyên và khi ra khỏi phòng bệnh nhất định phải vệ sinh tay.

Ⓢ Không mang theo các đồ dùng mà bệnh nhân đã sử dụng ra bên ngoài phòng bệnh.

4. Bệnh nhân cách ly do tiếp xúc

- ④ Bệnh nhân cách ly do tiếp xúc sử dụng phòng bệnh đơn, hoặc trường hợp không sử dụng phòng đơn thì phải ngăn cách không gian (kéo rèm v.v.) và chú ý không để lây nhiễm cho giường bệnh khác.
- ④ Bệnh nhân đang cách ly do tiếp xúc chỉ được phép rời khỏi phòng khi có chỉ dẫn của y tá, trước khi ra khỏi phòng bệnh phải thực hiện vệ sinh tay, thay quần áo bệnh nhân sạch hoặc mặc áo choàng.
- ④ Khi chăm sóc bệnh nhân, hãy luôn mặc áo choàng(nilon) trong phòng cách ly, nếu tiếp xúc trực tiếp với bệnh nhân hoặc môi trường xung quanh, thì thực hiện vệ sinh tay sau đó đeo găng tay và mặc áo choàng(nilon).
- ④ Khi ra khỏi phòng bệnh, để không làm lây nhiễm môi trường bên ngoài phòng bệnh, cởi bỏ áo choàng đã mặc trong phòng bệnh, thực hiện vệ sinh tay rồi mới ra ngoài.
 - Nếu mặc áo choàng(nilon) và quần áo làm việc khi tiếp xúc trực tiếp với bệnh nhân hoặc xung quanh bệnh nhân trong phòng bệnh, thì nên thay quần áo sạch hoặc mặc áo choàng(nilon) sạch khi ra khỏi phòng bệnh.
- ④ Đối với những người mang vi khuẩn kháng kháng sinh như Enterococcus, vancomycin, Enterobacteriaceae, carbapenem hoặc bệnh nhân mắc các bệnh truyền nhiễm gây tiêu chảy như sốt thương hàn, bệnh tả, phân chứa nhiều vi khuẩn. Do đó, khi xử lý phân hoặc tả lót, nhất định phải mặc áo choàng và đeo găng tay dùng một lần để ngăn ngừa lây nhiễm qua tay và đồng phục. Sau khi xử lý phân và nước tiểu hãy tháo găng tay và rửa tay bằng nước và xà phòng.
- ④ Da, quần áo, vật dụng và môi trường xung quanh như giường bệnh đều bị nhiễm khuẩn, nên phải vệ sinh tay sau khi chạm vào bệnh nhân hoặc môi trường xung quanh và thường xuyên lau chùi các bề mặt vật dụng xung quanh bằng chất khử trùng.
- ④ Không đặt đồ dùng cá nhân của bệnh nhân ở những nơi sử dụng chung như (tủ lạnh, nhà vệ sinh, bồn rửa mặt v.v.) và không mang đồ dùng ra khỏi phòng bệnh.
- ④ Cốc uống nước của bệnh nhân nên sử dụng loại một lần nếu có thể, dụng cụ ăn như chén bát, muỗng đũa phải được trả về nhà bếp bệnh viện để rửa. Tuyệt đối không rửa ở nhà vệ sinh công cộng hay phòng chuẩn bị suất ăn.
- ④ Khi xử lý đồ bị ô nhiễm do phân hoặc nước tiểu của bệnh nhân cần chú ý không để ô nhiễm ra xung quanh, và phải vớt vào thùng chứa chất thải y tế.

4. Cách đeo và tháo các loại trang thiết bị bảo hộ cá nhân

1. Thiết bị bảo hộ cá nhân phải đeo theo từng loại cách ly

Loại cách ly	Găng tay	Khẩu trang	Áo choàng	Tấm chắn mặt
Lây qua không khí	-	Khẩu trang N95	-	-
Lây qua giọt bắn	Khi xử lý đồ vật bị nhiễm giọt bắn	Khẩu trang ngăn giọt bắn, khẩu trang KF80	Khi xử lý đồ vật bị nhiễm giọt bắn	Trường hợp giọt bắn văng ra
Lây qua tiếp xúc	Khi tiếp xúc với bệnh nhân và môi trường xung quanh	-	Khi tiếp xúc với bệnh nhân và môi trường xung quanh	-

Chú ý lây qua tiếp xúc (Contact Precaution)

Khi đi vào



Vệ sinh tay trước khi vào phòng bệnh



Đeo áo choàng và găng tay (khi tiếp xúc với bệnh nhân và môi trường xung quanh bệnh nhân)



Rửa tay

Khi đi ra



Tháo găng tay và áo choàng trước khi rời khỏi phòng bệnh



Vệ sinh tay



Rửa tay (sau khi tiếp xúc với môi trường xung quanh bệnh nhân)

Chú ý lây qua giọt bắn (Droplet Precaution)

Khi đi vào



Vệ sinh tay trước khi vào phòng bệnh



Đeo khẩu trang phẫu thuật trước khi vào phòng bệnh



Đeo áo choàng và găng tay (khi tiếp xúc với bệnh nhân và môi trường xung quanh bệnh nhân)



Rửa tay

Khi đi ra



Vệ sinh tay sau khi tiếp xúc với bệnh nhân



Đóng cửa phòng bệnh sau khi rời khỏi phòng bệnh



Tháo khẩu trang sau khi rời khỏi phòng bệnh



Vệ sinh tay

Chú ý lây qua không khí (Airborne Precaution)

Khi đi vào



Vệ sinh tay trước khi vào phòng bệnh



Đeo khẩu trang N95 trước khi vào phòng bệnh



Đóng cửa phòng bệnh sau khi vào phòng bệnh (để duy trì áp suất âm)



Vệ sinh tay trước khi tiếp xúc với bệnh nhân

Khi đi ra



Vệ sinh tay sau khi tiếp xúc với bệnh nhân



Đóng cửa phòng bệnh sau khi rời khỏi phòng bệnh (để duy trì áp suất âm)



Tháo khẩu trang sau khi rời khỏi phòng bệnh



Vệ sinh tay

※ Nguồn: Phòng quản lý nhiễm khuẩn bệnh viện Daegu Fatima

2. Hướng dẫn đeo và tháo khẩu trang N95

Cách đeo khẩu trang dạng gấp

- Sau khi mở hai cánh khẩu trang, rời gấp phần cuối của cả hai cánh lại.
- Để phần thành cố định hướng lên trên và che kín hoàn toàn mũi và miệng để cố định vị trí.
- Quàng dây đeo quatai để cố định vị trí.
- Dùng hai ngón tay ấn phần kẹp ở mũi cho ôm sát vào mũi.
- Kiểm tra rò rỉ khí và đeo khẩu trang ôm sát vào khuôn mặt.

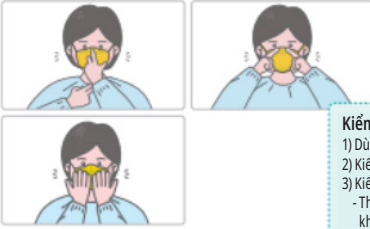
Cách đeo khẩu trang dạng vòm

- Để dây đeo buông thõng xuống dưới và cầm nhẹ nhàng.
- Điều chỉnh khẩu trang khớp với khuôn mặt sao cho che kín mũi và cằm.
- Một tay giữ khẩu trang rời cố định dây phía trên ra sau đầu.
- Cố định dây đeo dưới vào sau gáy rồi móc vào khóa để cố định.
- Dùng hai ngón tay ấn phần kẹp ở mũi cho ôm sát vào mũi.
- Kiểm tra rò rỉ khí và đeo khẩu trang ôm sát vào khuôn mặt.

※ Nguồn: Cục An Toàn Thực Phẩm Và Dược Phẩm, Trung Tâm Kiểm Soát Bệnh Tật Hàn Quốc

Đeo khẩu trang

Trước khi đeo khẩu trang, hãy chọn loại có kích thước và hình dáng phù hợp với khuôn mặt của mình



Đeo khẩu trang

(loại N95/KF94 hoặc tương đương trở lên)

Dùng ngón tay ấn phần mũi của khẩu trang ôm khít vào khuôn mặt

Kiểm tra độ kín (Fit test) khẩu trang N95

- 1) Dùng hai tay ấn quanh khẩu trang
- 2) Kiểm tra độ lõm xuống khi hít vào (độ khít áp suất âm)
- 3) Kiểm tra độ phồng nhẹ khi thở ra (độ khít áp suất dương)
- Thực hiện lại để kiểm tra xem không khí có bị rò rỉ ra ngoài hay không

Tháo khẩu trang



Tháo khẩu trang N95

- 1) Tháo dây bên dưới
- 2) Tháo dây bên trên
- 3) Chỉ cầm vào dây để tháo bỏ

Tháo bỏ khẩu trang

(loại N95/KF94 hoặc tương đương trở lên)

Không chạm vào mặt ngoài của khẩu trang, chỉ cầm vào dây để tháo ra và bỏ vào thùng đựng chất thải y tế chuyên dụng

Thực hiện vệ sinh tay

※ Nguồn: "Quy tắc phòng ngừa nhiễm trùng thứ phát hội chứng giảm tiểu cầu kèm sốt xuất huyết (SFTS) dành cho nhân viên y tế", Trung Tâm Kiểm Soát Bệnh Tật Hàn Quốc

3. Hướng dẫn mặc và cởi áo chống thấm dùng một lần

Mặc áo chống thấm dùng một lần



- 1) Lấy áo chống thấm dùng một lần ra
Sau khi vệ sinh tay, gỡ bao bì ◉ loại bỏ nilon ra



- 2) Mở áo chống thấm dùng một lần
Đề mặt trong của áo hướng về phía cơ thể và cầm phần vai áo



- 3) Mặc áo chống thấm dùng một lần
Lần lượt đưa đầu ◉ cánh tay vào bên trong áo để mặc
* Xo ngón tay cái vào lỗ ở đầu ống tay áo



- 4) Chính lại áo chống thấm dùng một lần
Chỉnh phần vai ◉ buộc dây thắt lưng ◉ đeo găng tay nilon

Cởi áo chống thấm dùng một lần

- 1) Vệ sinh tay (sát khuẩn tay)
- 2) Nằm vào phần phía trên mặt trước của áo chống thấm nilon và kéo mạnh để rách ra
- 3) Cuộn tròn áo lại cho mặt ngoài nằm vào bên trong
- 4) Khi rút tay ra khỏi áo đồng thời tháo găng tay ra
- 5) Vừa kéo mạnh từ phần thắt lưng, vừa tiếp tục thực hiện động tác số 3
- 6) Vứt bỏ chất thải vào thùng rác an toàn
- 7) Vệ sinh tay (sát khuẩn tay)



※ Nguồn: Trung Tâm Kiểm Soát Bệnh Tật Hàn Quốc

4. Lưu ý khi mặc và cởi thiết bị bảo hộ cá nhân

Khi mặc



Dùng ngón tay ấn phần mũi của khẩu trang để đảm bảo độ kín khít



Đeo găng tay trùm lên trên tay áo để không làm lộ phần da

Khi cởi ra

Nguyên tắc là không chạm vào mặt ngoài **Vệ sinh tay theo từng bước thay đồ bảo hộ cá nhân**



Chú ý không chạm tay trần vào mặt ngoài găng tay, tháo găng tay bằng cách lộn ngược mặt trong hướng ra ngoài



Chú ý không để mặt ngoài áo choàng chạm vào cơ thể, vừa cuộn mặt ngoài vào trong vừa tháo ra



Không chạm vào mặt trước của tấm chắn mặt (bảo vệ niêm mạc mắt)



Không chạm vào mặt ngoài khẩu trang, chỉ cầm vào dây đeo tháo ra rồi bỏ vào thùng rác y tế chuyên dụng

※ Nguồn: “Quy tắc phòng ngừa nhiễm trùng thứ phát Hội chứng giảm tiểu cầu kèm sốt xuất huyết (SFTS) dành cho nhân viên y tế”, Trung tâm kiểm soát bệnh tật Hàn Quốc

5. Mặc thiết bị bảo hộ cá nhân theo trình tự





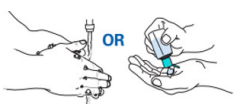
⊕ Nếu có từ hai loại thiết bị bảo hộ cần mặc trở lên thì làm theo thứ tự dưới đây. Những đồ bảo hộ không cần mặc thì bỏ qua và thực hiện theo bước tiếp theo.

1. Vệ sinh tay	<ul style="list-style-type: none"> Vệ sinh tay trước khi mang thiết bị bảo hộ. Rửa tay bằng nước và xà phòng hoặc sát khuẩn tay bằng dung dịch sát khuẩn tay có chứa cồn. 	
2. Mặc áo choàng	<ul style="list-style-type: none"> Nếu phía sau cổ có móc hoặc dây buộc thì hãy buộc chặt lại đồng thời buộc chặt dây ở phần eo để áo choàng bao phủ cơ thể. 	
3. Đeo khẩu trang	<ul style="list-style-type: none"> Mở rộng khẩu trang và cố định dây an toàn để che kín mũi và miệng. Ấn phần thanh kim loại phía trên mũi để ôm khít vào mặt. <p>※ Tham khảo hình minh họa cách đeo khẩu trang N95</p>	
4. Đeo kính bảo hộ hoặc tấm chắn mặt	<ul style="list-style-type: none"> Tháo màng bảo hộ và đeo sao cho cố định chắc chắn. 	
5. Đeo găng tay	<ul style="list-style-type: none"> Kéo găng tay lên đến cổ tay, nếu mặc áo choàng thì kéo găng tay trùm lên trên ống tay áo choàng. 	

※ Nguồn: CDC (Centers for Disease Control and Prevention)

6. Cởi thiết bị bảo hộ cá nhân theo trình tự

- 🕒 Nếu có từ hai loại thiết bị bảo hộ cần cởi ra trở lên thì làm theo thứ tự dưới đây. Những đồ bảo hộ không cần mặc thì bỏ qua và thực hiện theo bước tiếp theo.

<p>1. Tháo găng tay</p>	<ul style="list-style-type: none"> Mặt ngoài của găng tay đã bị nhiễm khuẩn, vì vậy hãy cẩn thận để không làm bẩn tay. Dùng tay trái nắm lấy găng tay phải và cẩn thận tháo ra, sau đó nắm gọn trong lòng bàn tay. Lồng ngón tay phải đã tháo găng tay vào bên trong cổ tay trái đeo găng tay, vừa cuộn vừa tháo ra. 	
<p>1. Tháo kính bảo hộ hoặc tấm chắn mặt</p>	<ul style="list-style-type: none"> Không chạm vào mặt ngoài bị nhiễm khuẩn, cầm dây phía sau và tháo ra cẩn thận. 	
<p>3. Cởi áo choàng</p>	<ul style="list-style-type: none"> Không chạm vào mặt trước áo choàng đã bị nhiễm khuẩn, tháo dây buộc sau cổ và dây buộc ở phía sau thắt lưng, sau đó nắm lấy mặt trong áo choàng, vừa cuộn vừa tháo ra. 	
<p>4. Tháo khẩu trang</p>	<ul style="list-style-type: none"> Không chạm vào mặt trước khẩu trang đã bị nhiễm khuẩn, cầm vào dây đeo sau tai hoặc sau đầu và cẩn thận tháo ra. Chú ý không để mặt ngoài của khẩu trang chạm vào mặt. 	
<p>5. Vệ sinh tay</p>	<ul style="list-style-type: none"> Sau khi tháo các thiết bị bảo hộ, phải tiến hành vệ sinh tay. Rửa tay bằng xà phòng và nước hoặc sát khuẩn tay bằng dung dịch sát khuẩn tay chứa cồn. Trong quá trình tháo thiết bị bảo hộ, nếu tay bị bẩn có thể quan sát được bằng mắt, thì hãy rửa tay bằng xà phòng và nước. 	

※ Nguồn: CDC (Centers for Disease Control and Prevention)



HƯỚNG DẪN PHÒNG NGỪ VÀ KIỂM SOÁT NHIỄM KHUẨN

DÀNH CHO **NHÂN VIÊN CHĂM SÓC** TẠI CƠ SỞ Y TẾ



TRUNG TÂM KIỂM SOÁT
BỆNH TẬT HÀN QUỐC



KAICN

HIỆP HỘI ĐIỀU DƯỠNG KIỂM
SOÁT NHIỄM KHUẨN HÀN QUỐC