

TIBBIYOT MUASSASALARIDA ISHLOVCHI
PARVARISH XODIMLARI uchun

INFEKSIYANI OLDINI OLISH va NAZORAT QILISH QOIDALARI

2024



Kasalliklarni nazorat qilish
va oldini olish agentligi



KAICN

Koreya infeksiyani nazorat
qilish hamshiralari jamiyati

- ☑ Ushbu yo'riqnoma tibbiyot muassasalarida ishlovchi parvarish xodimlari bemorlarni parvarish qilish jarayonida asosiy ravishda rioya etishi zarur bo'lgan infeksiyaning oldini olish va nazorat qilish qoidalariga amal qilish orqali bemorlar va parvarish xodimlarining o'zini himoya qilish hamda xavfsiz tibbiy muhitni yaratish maqsadida ishlab chiqilgan.
- ☑ Tibbiyot muassasalarida parvarish xodimlari ilk bor bemor parvarishini boshlashdan oldin infeksiyaning oldini olish va nazorat qilish bo'yicha ta'lim o'tkazilishi hamda bemorlarga xizmat ko'rsatish jarayonida infeksiyani oldini olish qoidalariga rioya etishlari uchun yo'riqnoma berilishi tavsiya etiladi.

Mundarija

I Infeksiyaning oldini olish va nazorat qilishning asosiy qoidalari 3

1. Qo'l gigiyenasi 5
2. Nafas olish odobi 9
3. Boshqalar bilan yaqin aloqadan saqlanish 12
4. Infeksiya alomatlari paydo bo'lsa darhol xabar qilish zarur 12

II Bemorni parvarish qilish vaqtida infeksiyaning oldini olish va nazorat qilish qoidalari 13

1. Ovqatlanishda yordam berish 15
2. Yuz yuvish, cho'milish, tish yuvishga yordam berish 16
3. Ajralmani tashlash 16
4. Siydik nayi o'rnatilgan bemorni parvarish qilish 17
5. Bemorning atrofini tozalash va dezinfeksiya qilish 18

III Shifoxonaning umumiy joylaridan foydalanishda infeksiyaning oldini olish va nazorat qilish qoidalari 19

1. Dam olish xonasi 21
2. Ta'minot xonasi 21
3. Xodimlar oshxonasi 23
4. Umumiy qo'l yuvish joyi, hojatxona, dush xonasi 23

IV Izolyatsiyadagi bemorni parvarish qilishda infeksiyaning oldini olish va nazorat qilish qoidalari 25

1. Izolyatsiyaning ta'rifi va izolyatsidagi bemorni aniqlash 27
2. Yuqumli kasalliklarning yuqish yo'llari 28
3. Izolyatsiyadagi bemorni parvarish qilishda ehtiyot choralari 29
4. Shaxsiy himoya vosita turlari va kiyib yechish tartibi 33



TIBBIYOT MUASSASALARIDA ISHLOVCHI PARVARISH XODIMLARI uchun

INFEKSIYANI OLDINI OLISH va NAZORAT QILISH QOIDALARI





I

Infeksiyaning oldini olish va nazorat qilishning asosiy qoidalari

1. Qo'l gigiyenasi
2. Nafas olish odobi
3. Boshqalar bilan yaqin aloqadan saqlanish
4. Infeksiya alomatlari paydo bo'lsa darhol xabar qilish zarur



I | Infeksiyaning oldini olish va nazorat qilishning asosiy qoidalari



Asosiy xabar

- Qo'l gigiyenasi kundalik hayot va bemorga qarash jarayonida qo'l da ifloslangan kasallik qo'zg'atuvchilarni yo'q qilib, bemor va o'zingizni infeksiyadan himoya qiladi.
- Niqob taqish, yo'tal hamda balg'amni to'g'ri yo'qotish orqali nafas yo'llari tomchilari orqali infeksiya tarqalishini oldini olish mumkin.
- Agar infeksiya alomatlari (yo'tal kabi nafas yo'llari belgilari, 38 gradusdan yuqori isitma, ich ketishi va boshqalar) bo'lsa, darhol xabar berish va tekshiruv kabi zarur choralarini ko'rish infeksiyaning tarqalishini oldini oladi.

1. Qo'l gigiyenasi

1. Qo'l gigiyenasini qachon bajarish kerak?

Qo'l gigiyenasi tibbiyot muassasalarida infeksiyaning oldini olish va tarqalishini to'xtatish uchun muhim vositadir. Quyidagi holatlarda albatta qo'l gigiyenasini bajarish kerak.

- ④ Bemorga tegishdan oldin
- ④ Toza(steril) muolaja bajarishdan oldin
 - Ovqatni tayyorlashdan avval
 - Bemorga dori yoki ovqat berishdan oldin
 - Bemorning tanasidagi biron bir tibbiy asbob: igna, kateter, nafas yo'lidagi naychalar va boshqalarga tegishdan oldin
 - Ovqatni tanovul qilishingizdan oldin
- ④ Zararlangan harakatni sodir etgandan so'ng
 - Hojatxonadan foydalangandan keyin

- Bemorning tagligini almashtirgandan keyin
- Drenaj naychasi yoki siydik idishini bo'shatgandan keyin
- Niqobga tegish yoki uni yechgandan keyin
- Ⓜ Bemorning to'shagi yoki boshqa narsalariga tegkandan keyin
- Ⓜ To'shakdan jamoat joyiga chiqqanda yoki jamoat joyidan bemorning xonasiga kirganda
- Ⓜ Hojatxona, lift kabi boshqa odamlar bilan aloqa qilish yuqori bo'lgan joydan foydalangandan keyin

2. Qo'l gigienasi, nimadan foydalanasiz?



※ Manba: Kasalliklarni nazorat qilish va oldini olish agentligi

3. Qo'l gigienasiga qanday amal qilasiz?

Agar qo'l gigienasiga to'g'ri rioya qilmasangiz, qo'l gigienasidan keyin ham qo'lingizda ko'p miqdorda mikroorganizmlar qoladi.



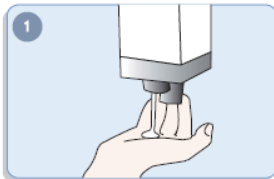
※ Manba: Kasalliklarni nazorat qilish va oldini olish agentligi

- ④ Sovun ko'piki bilan kamida 30 soniya davomida oqayotgan suv ostida yuving.
- ④ Qo'llaringizni yuvayotganda, kaftlaringizni, qo'llaringizning orqa qismini, tirnoqlaringiz ostini va barmoqlaringiz orasini ham qo'shib, barcha joylarni yuving.

Qo'llaringizni sovun (dezinfektsiyalovchi vosita) va suv bilan yuvish usuli



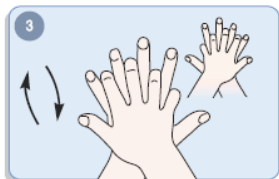
0 Qo'lni suv bilan namlang.



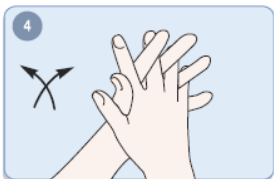
1 Yetarli miqdorda sovun/ dezinfektsiyalovchi sovun oling.



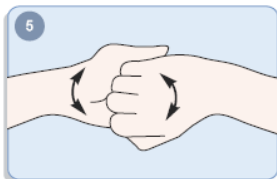
2 Kaftingizni bir-biriga yaxshilab ishqalang.



3 Qo'lingizning orqa qismini kaftingiz bilan ishqalang. Qo'lingizni almashtirib yana ishqalang.



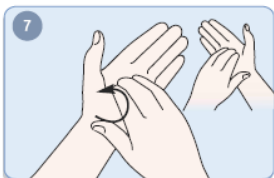
4 Barmoqlaringizni bir-biriga bog'lab, kaftingizni bir-biriga ishqalang.



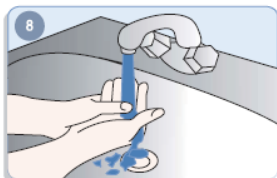
5 Qo'llaringizni bir-biriga bog'lab, barmoqlaringizning orqa qismini kaftlaringizga ishqalang.



6 Bosh barmoqlaringizni bir-biriga bog'lab, aylana harakat bilan ishqalang. Qo'llaringizni almashtirib yana ishqalang.



7 Tirnoqlaringizni kaftlaringizga shqalang. Qo'llaringizni almashtirib yana ishqalang.



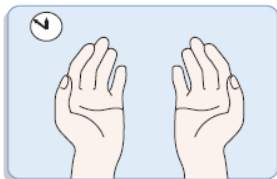
8 Qo'lingizni suv bilan yuving.



9 Qo'lingizni bir martalik sochiq bilan arting.



10 Sochiq yordamida jo'mrakni yoping.

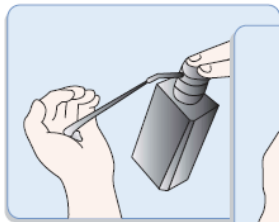


Toza qo'llaringiz tayyor.

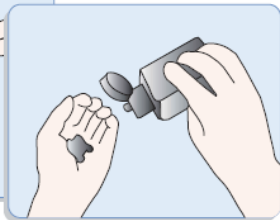
※ Manba: Sog'liqni saqlash bilan bogliq infeksiyalarning oldini olish bo'yicha standart ko'rsatmalar: Kasalliklarni nazorat qilish va oldini olish agentligi (2017).

- ⦿ Agar qo'llaringiz yuzasi ko'rinadigan darajada toza bo'lsa, siz suvsiz qo'l dezinfektsiyalovchi vositasidan foydalanishingiz mumkin.

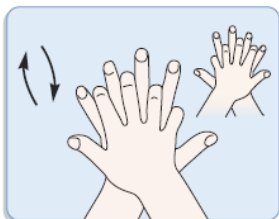
Spirтли vositalar yordamida qo'llarni dezinfektsiya qilish usuli



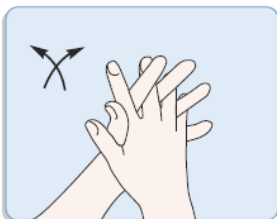
Kaftingizni buklab, kaftingiz yuzasiga spirтли gel surting.



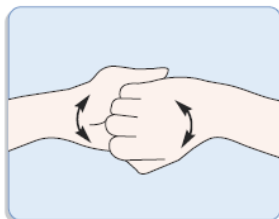
Kaftingizni bir-biriga ishqalang.



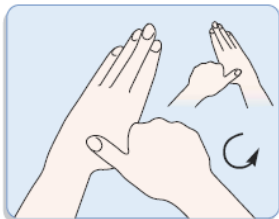
Kaftingiz bilan boshqa qo'lingizning orqa qismini ishqalang. Qo'llaringizni almashtirib yana ishqalang.



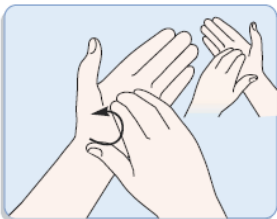
Barmoqlaringizni bir-biriga bog'lab, kaftingizni bir-biriga ishqalang.



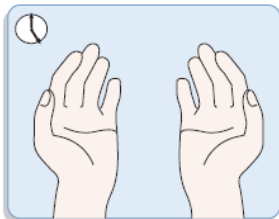
Qo'lingizni bir-biriga bog'lab, barmoqlaringizning orqa qismini kaftlaringizga ishqalang.



Bosh barmog'ingizni o'rab, aylana harakat bilan ishqalang. Qo'llaringizni almashtirib yana ishqalang.



Tirnoqlaringizni kaftingizga ishqalang. Qo'llaringizni almashtirib yana ishqalang.




Mutlaqo quriting.

※ Manba: Sog'liqni saqlash bilan bogliq infeksiyalarning oldini olish bo'yicha standart ko'rsatmalar Kasalliklarni nazorat qilish va oldini olish agentligi(2017).

2. Nafas olish odobi

1. Niqob taqish

- ⦿ Agar sizda yo'tal, aksirish yoki burun oqishi kabi nafas olish alomatlari bo'lsa, niqob taqing.
- ⦿ Yo'tal, aksirish yoki burun oqishi kabi nafas olish alomatlari bo'lgan bemorni parvarish qilayotganda niqob taqing.
- ⦿ Niqob turlari va tanlovi

Turi	KF94 niqobi ¹⁾ , N95 niqobi ²⁾		Tomchilarni to'sadigan niqoblar, jarrohlik niqoblari
Maqsad	Infeksiya manbasidan nafas yo'llarini himoya qilish maqsadida ishlatiladigan vosita		Yo'tal, aksirish, burun oqishi va boshqalar natijasida kelib chiqadigan tomchilatib yuqadigan infeksiyaning oldini olish uchun ishlatiladigan vosita.
Shakli	Hajmli(buklanadigan)	Hajmli(piyola shaklida)	Tekis(yassi) turdagi
			
Foydalanish	- O'pka sil kasalligi, suvchechak yoki qizamiq kabi nafas olish yo'llari kasalliklari bilan og'rig'an - bemorlarga g'amxo'rlik qilishda		- Agar sizda yo'tal, aksirish yoki burun oqishi kabi nafas olish alomatlari bo'lsa - Agar siz yo'tal, aksirish yoki burun oqishi kabi nafas olish alomatlari bo'lgan bemorni parvarish qilsangiz

- 1) KF Koreya Filter degan ma'noni anglatadi va KF harflaridan keyingi raqam mahsulotning zarrachalarni blokirovka qilish samaradorligini ko'rsatadi. O'rtacha 0,4µm o'lchamdagi zarrachalarning kamida 94% ni bloklaydigan niqob.
- 2) Amerika Milliy Mehnat Xavfsizligi va Sog'liqni Saqlash Instituti standartlariga muvofiq, 0,3µm aerosol zarralarini filtrlash uchun 95% yoki undan yuqori filtr samaradorligiga ega niqob, bu yerda N aerosol zarralari moyil bo'lmagan(non-oil aerosol) aerosol ekanligini anglatadi.

2. Niqobni to'g'ri taqish, saqlash va yechish

- ⦿ Niqobni burun va og'zingizni to'liq qoplaydigan qilib taqing.
- ⦿ Agar niqob ho'l, iflos yoki zazarlangan bo'lsa, niqobni o'zgartiring.
- ⦿ Niqob ichiga sochiq yoki salfetka solib ishlatmang.
- ⦿ Niqobni taqqanda uning tashqi tomoniga qo'llaringiz bilan tegmang.
- ⦿ Yechilgan niqobni axlat qutisiga tashlang.



※ Manba: Kasalliklarni nazorat qilish va oldini olish agentligi

🕒 Niqobni taqish usuli

- (Tomchilarni to'suvchi niqob) Niqob burun va og'zingizni to'liq qoplashi uchun uni yuqoriga va pastga buklang. Keyin uni quloqlaringizga osib qo'ying yoki tasmalarni bo'yingizga va boshingiz orqasiga bog'lang → Yaxshi mos kelishini uchun burningizning ustidagi qismini buklang.

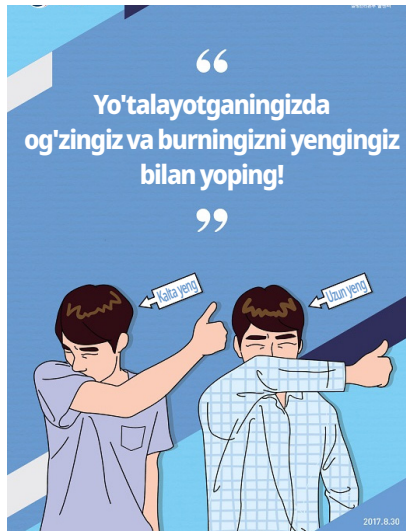


④ Niqobni yechish usuli

- (Tomchilarni to'suvchi niqob) Niqobning tashqi yuzasiga tegmasdan, quloq tasmalarini qo'llaringiz bilan ushlab niqobni yeching.



3. Yo'talayotganda yoki aksirganda, agar niqobingiz bo'lmasa, burningiz va og'zingizni qo'llaringiz bilan emas, balki yengingiz bilan yoping.



※ Manba: Kasalliklarni nazorat qilish va oldini olish agentligi

4. Yo'tal va balg'amni boshqa joyga sachratmasdan to'g'ri yo'q qilish

- ⦿ Yo'tal va balg'am boshqa odamlarga yoki atrof-muhitga sachramasligi kerak.
- ⦿ Bemor yo'talganida yoki balg'am chiqarganida albatta salftka bilan og'zini yopishi kerak.
- ⦿ Ishlatilgan salftkani boshqa salftkaga o'rab, darhol axlat qutisiga tashlash va zudlik bilan qo'l gigiyenasini bararish kerak.

3. Boshqalar bilan yaqin aloqadan saqlanish

- ⦿ Boshqa bemorlar, hamrohlar yoki parvarishlovchi shaxs bilan keraksiz suhbat va ovqatlanishni cheklash kerak.
- ⦿ Mas'ul bemor yotog'idan tashqari boshqa yotoqlarga, palatalarga yoki boshqa bo'limlarga bormaslik kerak.

4. Infeksiya alomatlari paydo bo'lsa darhol xabar qilish zarur

Quyidagi infeksiya alomatlari paydo bo'lsa, darhol xabar berish va tibbiy ko'rik hamda tekshiruvdan o'tish kerak.

- ⦿ 38°C dan yuqori isitma
- ⦿ Yo'tal kabi nafas yo'llari alomatlari
- ⦿ Ich ketishi, qusish kabi ichak infeksiyasi gumoni
- ⦿ Toshmalar, pufakchalar kabi teri kasalliklarining paydo bo'lishi

2023.10.16.  Kasalliklarni nazorat qilish va oldini olish agentligi

Sog'liqni saqlash bilan bog'liq infeksiyalarning oldini olish uchun bemorni parvarish qilish odob-axloq qoidalari

1 Quyidagi holatlarda qo'l gigiyenasiga rioya qiling.



Bemor bilan aloqa qilishdan oldin va keyin



Bemor xonasiga kirish va chiqishdan oldin



Bemorning atrofini tozalash va ovqat tayyorlash

2 Bemorni parvarish qilishda quyidagilarga e'tibor bering.



Nafas olish yo'llari bilan kasallangan yoki -simptomatik bemorlarni parvarish qilishda niqob taqiy



Vasiy yoki parvarishlovchi shaxslar boshqa bemorlar bilan aloqa qilishdan saqlanishlari kerak



Boshqa bemorlarning vasylari bilan keraksiz suhbat yoki ovqatlanishdan saqlanish

※ Manba: Kasalliklarni nazorat qilish va oldini olish agentligi



II

Bemorni parvarish qilish vaqtida infeksiyaning oldini olish va nazorat qilish qoidalari

1. Ovqatlanishda yordam berish
2. Yuz yuvish, cho'milish, tish yuvishga yordam berish
3. Ajralmani tashlash
4. Siydik nayi o'rnatilgan bemorni parvarish qilish
5. Bemorning atrofini tozalash va dezinfeksiya qilish



II | Bemorni parvarish qilish vaqtida infeksiyaning oldini olish va nazorat qilish qoidolari



Asosiy xabar

- Bemor oziq-ovqat yoki tibbiy asbob-uskunalar orqali mikroblarni tanaga qabul qilib, infeksiyaga chalinishi mumkin. Shuning uchun ularni toza saqlash kerak.
- Bemorning atrof-muhiti mikroblar bilan ifloslangan bo'lishi mumkin, shu sababli uni muntazam tozalash va dezinfeksiya qilish zarur.
- Tozalashda yuvish vositasi (sovun va boshqalar) va suvdan foydalanib mikroblarni artib tashlash, qolgan mikroblarni esa atrofdi dezinfeksiya qilish orqali infeksiya xavfini yanada kamaytirish mumkin.

1. Ovqatlanishga yordam berish

- ④ Bemorni ovqatlantirishdan oldin bemor ham, parvarishlovchi shaxs ham qo'l gigiyenasini bajaradi.
- ④ Bemor ovqatni taqsimlangandan so'ng darhol iste'mol qilishi kerak, qoldirib keyin yana iste'mol qilmasligi kerak.
 - Saqlash vaqtida ovqat buzilishi mumkin.
 - Bemor ratsionidan tashqari ovqat berish davolanishga xalaqit berishi mumkin (masalan, diabetik parhez, kam tuzli parhez va boshqalar).
- ④ Ovqat paytida bemor tiqilib qolmasligi uchun sekin-asta yedirish va faqat yeya oladigan miqdorda berish kerak.
 - Oziq-ovqat nafas yo'liga tushsa, pnevmoniya va bo'g'ilish xavfi mavjud.
 - Agar bemor yaxshi yuta olmasa, ovqatlantirishni to'xtatib, hamshiraga xabar berish kerak.

- ④ **Ovqatdan keyin bemorning og'iz gigiyenasi uchun tishlarini tozalash kerak.**
 - Og'izda bakteriyalar ko'payishi og'iz infeksiyasi va pnevmoniyaga olib kelishi mumkin.
 - Tish bo'lmasa ham, tish pastasi yoki og'iz uchun dezinfeksiya vositalari bilan artib tozalash kerak.
- ④ **Bemorning suv idishi, shaxsiy idishlari va oziq-ovqat mahsulotlari belgilangan yuvish joyida yuviladi.**
 - Mikroblar ko'p bo'lgan hojatxona qo'l yuvish joyida yoki kir yuvish xonasidagi rakovinada yuvish mumkin emas.

2. Yuz yuvish, cho'milish, tish yuvishga yordam berish

- ④ **Tibbiy moslama o'rnatilgan joylarga, operatsiya qilingan yoki jarohatlangan joylarga suv tegmasligiga e'tibor bering.**
- ④ **Cho'milish vaqtda avval yuzni arting, anal(orqa chiqaruv) atrofini eng oxirida tozalang.**
- ④ **Sochiq har safar ishlatilgandan keyin sovun bilan yuvilib, quritilib foydalaniladi.**
- ④ **Bemorning tish yuvish uchun ishlatiladigan tish cho'tkasi va stakani har safar ishlatilgandan keyin yuvilib, quritiladi.**
- ④ **Ishlatilgan yuvinish joyi yoki rakovina tozaligini saqlash uchun yuvish vositasi va suv bilan yaxshilab tozalanadi va tartibga keltiriladi.**

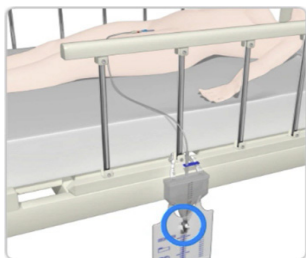
3. Ajralmani tashlash

- ④ **Bemorning ajralmalarini tozalashda albatta bir martalik qo'lqop kiyiladi va gigiyena qoidalariga rioya qilinadi.**
- ④ **Ajralmalarni tozalagan qo'lqop bilan bemorning toza joylariga yoki atrofda buyumlarga tegilmaydi.**
- ④ **Najasni tozalash uchun ishlatiladigan ho'l salftetkalar bemorning yuzini, qo'lini yoki atrof-muhitni tozalash uchun ishlatilmaydi.**
- ④ **Bemor tagligini almashtirgandan so'ng, ishlatilgan taglik atrofni iflos qilmasligiga e'tibor bergan holda, yaxshilab o'rab, belgilangan chiqindi qutisiga tashlanadi.**
- ④ **Bemor ajralmalarini tozalashda quyidagi qoidalarga rioya qilinadi.**
 - Ajralmalar(siydik, najas va boshqalar) belgilangan joy(hojatxona va boshqalar)ga tashlanadi va ularni tozalash vaqtida atrofga sachramasligiga e'tibor beriladi.

- Bemorning hojat idishi (siydik idishi va najas idishi) albatta belgilangan rakovina yuviladi, so'ng belgilangan joyda quritiladi (hojatxona qo'l yuvish rakovinasida yoki tibbiy asbob yuvish uchun mo'ljallangan rakovina yuvilmaydi).
- Bemorning hojat idishlari boshqa bemorlar bilan birga ishlatilmaydi.
- Ⓢ Agar siydik yoki najas polga to'kilsa, avvalo qog'oz yoki taglik yordamida shimdirib olinadi va artib tozalanadi. Shundan so'ng bo'lim dezinfeksiya mas'uli yoki tibbiyot xodimiga xabar berilib, pol dezinfeksiya qilinadi.

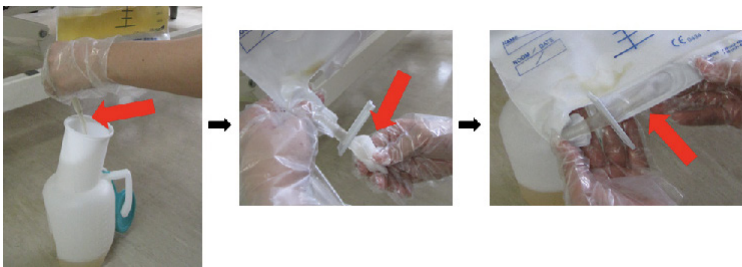
4. Siydik nayi o'rnatilgan bemorni parvarish qilish

- Ⓢ Siydik kateteri (siydik nayi) o'rnatilgan bemor quyidagi qoidalarga rioya qilishi kerak.
 - Siydik xaltasi (siydik qopchasi) har doim bemorning qovug'idan pastroqda joylashtiriladi.
 - Siydik doimo oqib turishi uchun siydik nayi bukilib qolmasligi nazorat qilinadi.
 - Siydik nayining qisqichi (klampi) har doim ochiq bo'lishi kerak. Faqat hamshiraning ko'rsatmasi bo'lsa yopiladi va ish tugagach yana ochiladi.
 - Siydik nayi chiqib ketmasligi uchun yaxshilab mahkamlanadi va tortilib ketmasligi nazorat qilinadi.



※ Manba: "Sog'liqni saqlash bilan bog'liq siydik yo'llari infeksiyasining oldini olish bo'yicha ko'rsatmalarni joriy etishni rag'batlantirish va ularning samaradorligini baholash" bo'yicha yakuniy hisobot. Kasalliklarni nazorat qilish va oldini olish agentligi(2019).

- Siydik nayi yerga tegmasligi kerak.
- Siydikni bo'shatayotganda siydik xaltasining uchi(krani) siydik idishga tegmasligiga e'tibor bering.
- Siydik xaltasining uchi siydikni bo'shatgandan so'ng dezinfeksiya paxtasi bilan yaxshilab artiladi va yana qopqog'iga mahkam yopiladi.



※ Manba: "Infeksiyani nazorat qilish uchun aralashuv tadqiqotlari va samaradorlik tahlili (siydik yo'llari/qon oqimi infeksiyalari) bo'yicha yakuniy hisobot. Kasalliklarni nazorat qilish va oldini olish agentligi(2012).

5. Bemorning atrofini tozalash va dezinfeksiya qilish

⊕ Bemorning atrofi doim toza bo'lishi uchun muntazam ravishda tozalanadi va dezinfeksiya qilinadi.

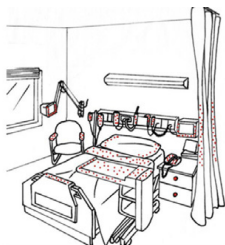
➤ Ifloslanishning oldini olish uchun toza narsalarni (masalan, ovqat idishlari, yuvinish buyumlari, toza sochiqlar) boshqa narsalardan alohida saqlang.

➤ Bemorlar bilan aloqa qiladigan sirtlarni, masalan, bemor yotoqlari va ovqatlanish stollarini kuniga kamida bir marta tozalang. Iloji bo'lsa, bir martalik salftetkalaridan foydalaning. Agar qayta ishlatiladigan latta ishlatsangiz, ularni har foydalanishdan keyin sovun bilan yuving.

➤ Tozalash va dezinfeksiyadan keyin har doim qo'llaringizni yuving.



Bemorning atrofi – tez-tez tegiladigan yuzalar



※ Manba: Best Practices for Environmental Cleaning for Prevention and Control of Infections in All Health Care Settings, 3rd Edition. Provincial Infectious Diseases Advisory Committee (2018.4).



III

Shifoxonaning umumiy joylaridan foydalanishda infeksiyaning oldini olish va nazorat qilish qoidalari

1. Dam olish xonasi
2. Ta'minot xonasi
3. Xodimlar oshxonasi
4. Umumiy qo'l yuvish joyi, hojatxona, dush xonasi



III

Shifoxonaning umumiy joylaridan foydalanishda infeksiyaning oldini olish va nazorat qilish qoidalari



Asosiy xabar

- Kasalxonalarda turli infeksiyalarga chalingan va immuniteti zaif bemorlar davolanadi, shuning uchun umumiy joylarda o'zaro infeksiya yuqishi sodir bo'lishi mumkin. Shuning uchun qo'l gigiyenasi va niqob taqish kabi ehtiyot choralari juda muhimdir.
- Agar parvarish qiluvchilarning qo'llari yoki kiyimlari umumiy joylarda ifloslangan bo'lsa, ular o'zlari parvarish qilayotgan bemorlarga infeksiyani yuqtirishlari mumkin. Shuning uchun, umumiy joylardan foydalanganda ifloslanishning oldini olish uchun ehtiyot bo'lish kerak.

1. Dam olish xonasi

- 🕒 Dam olish xonasida ovqat iste'mol qilinmaydi.
- 🕒 Dam olish xonasida taglik almashtirish, siydik to'kish kabi ifloslanishga sabab bo'lishi mumkin bo'lgan harakatlar qilinmaydi.
- 🕒 Dam olish xonasiga kirib chiqqandan so'ng, palataga kirishdan oldin qo'l gigiyenasi bajariladi.

2. Ta'minot xonasi

- 🕒 Oshxona ichida ovqat iste'mol qilishdan tiyilinadi.
- 🕒 Suv tozalagich(dispenser)dan foydalanishdan oldin qo'l gigiyenasi bajariladi va bir martalik stakan yoki yaxshi yuvilgan suv idish ishlatiladi. Stakan yoki suv idishning og'zi suv chiqish joyiga tegmasligiga e'tibor beriladi.
- 🕒 Mikroto'lqinli pechdan foydalanganda ovqat toshib, ichki qismi ifloslanib ketmasligiga e'tibor beriladi.

- ④ Umumiy muzlatgich doimo toza saqlanadi va ovqat saqlashda idishga ism yozib qo'yiladi.
 - Katta idishlarda (masalan, kimchi idishi va boshqalar) ovqat saqlanmaydi, balki kichik idishlarga bo'lib saqlanadi.
- ④ Idish yuvish uchun mo'ljallangan rakovinaga ovqat tashlanmaydi suv kranidan foydalangandan so'ng atrofi toza qilib tozalanadi.
- ④ Oshxonadan foydalangandan keyin palataga kirishdan oldin qo'l gigiyenasi bajariladi.

Faqat **ichish** uchun tozalangan suvdan foydalaning.

Suv tozalagichdan foydalanishda ehtiyot choralarini!!



Suv tozalagichdan foydalanishdan oldin **qo'l gigiyenasi**ga rioya qiling!



Bir martalik suv idish yoki **yuvilgan stakandan** foydalaning!



Suv tozalagich jo'mragiga stakaningiz bilan **tegmaslikka** tegmaslikka e'tibor bering!

Suv tozalagichdan bunday foydalanmang!



Yuvilmagan stakan, idishlardan foydalanmang.



Meva, sabzavotlarni tozalangan suv bilan yuvmang.



Ichimlik va suv qoldig'ini suv tozalagichga tashlamang.

3. Xodimlar oshxonasi

- ⦿ Ovqatlanishdan oldin qo'l gigiyenasi bajariladi.
- ⦿ Ovqat iste'mol qilish vaqtida suhbatlashishdan tiyilinadi.
 - Ovqatlanish anjom(idish-tovoq)lari bo'lishilmaydi, pishgan guruch, salat kabi taomlar birgalikda yeyilmaydi.

4. Umumiy qo'l yuvish joyi, hojatxona, dush xonasi

- ⦿ Umumiy qo'l yuvish joyidan foydalangandan keyin, keyingi foydalanuvchi uchun uning yuzasi tozalab artiladi.
- ⦿ Tish yuvish anjomlari (tish pastasi, tish cho'tkasi, tish chayish stakani) boshqalar bilan birga ishlatilmaydi.
 - Ism yozilgan qog'oz yopishtirilib, har kim o'zining shaxsiy buyumidan foydalanadi.
 - Agar tish pastasi birgalikda ishlatilsa, uni qog'oz sochiqqa siqib olib, so'ng tish cho'tkasiga surtiladi.
- ⦿ Ishlatilgan tish cho'tkasi va stakan qo'l yuvish joyida qoldirilmaydi, ishlatilgandan keyin yashilab yuvilib, quritiladi.
 - Tish yuvich stakani boshqa odamning stakani bilan aralashib ketmasligi uchun alohida saqlanadi.
- ⦿ Hojatxonadan chiqqandan keyin albatta qo'llar yuviladi.
- ⦿ Dushdan so'ng atrofni tozalab qo'yiladi va shamollatish amalga oshiriladi.
- ⦿ Sochiq, tirnoq qaychisi, taroq kabi shaxsiy gigiyena buyumlari boshqalar bilan bo'lishilmaydi.

TIBBIYOT MUASSASALARIDA ISHLOVCHI PARVARISH XODIMLARI uchun
INFEKSIYANI OLDINI OLISH va NAZORAT
QILISH QOIDALARI





IV

Izolyatsiyadagi bemorni parvarish qilishda infeksiyaning oldini olish va nazorat qilish qoidalari

1. Izolyatsiyaning ta'rifi va izolyatsidagi bemorni aniqlash
2. Yuqumli kasalliklarning yuqish yo'llari
3. Izolyatsiyadagi bemorni parvarish qilishda ehtiyot choralari
4. Shaxsiy himoya vosita turlari va kiyib yechish tartibi



IV | Izolyatsiyadagi bemorni parvarish qilishda infeksiyaning oldini olish va nazorat qilish qoidalari



Asosiy xabar

- Yuqumli kasallik bilan og'riqan va boshqalarga infeksiya yuqtirishi mumkin bo'lgan bemorlar izolyatsiya qilinishi kerak.
- Izolyatsiya qilishda alohida palatadan foydalanish asosiy qoidadir. Biroq infeksiya turi, bemorning holati va tibbiyot muassasasi sharoitiga qarab, ko'p o'rinli palatada ham izolyatsiya qilinishi mumkin.
- Izolyatsiyadagi bemorni parvarish qilishda infeksiyaga moyil boshqa bemorlarga kasallik yuqmasligi uchun mas'ul bemordan tashqari boshqa bemorlar va qarindoshlar bilan aloqa cheklanadi.
- Infeksiya yuqish yo'liga qarab izolyatsiya usuli va ehtiyot choralari farq qiladi. Shuning uchun qanday ehtiyot choralari zarurligini aniqlab, unga qat'iy rioya qilish kerak.

1. Izolyatsiyaning ta'rifi va izolyatsiyadagi bemorni aniqlash

1. Izolyatsiya nima va izolyatsiyadagi bemorni qanday bilish mumkin?

- ④ Izolyatsiya – infeksiyani boshqalarga yuqtirishi mumkin bo'lgan yoki infeksiya gumon qilinayotgan bemordan boshqa bemorlarga kasllik yuqishini oldini olish maqsadida uni alohida palataga joylashtirish yoki bir xil yuqumli kasallikka ega bemorlarni bir joyga joylashtirishni anglatadi.
 - Shuningdek, boshqa bemorlar bilan bir palatada bo'lsa ham, ular bilan aloqani cheklash uchun joyni ajratish (masalan, parda bilan) yoki alohida shaxsiy himoya vositalarini kiyish ham izolyatsiya usullariga kiradi.
- ④ Izolyatsiya qilingan bemor tibbiyot muassasasida xodimlar tanib olishi mumkin bo'lgan belgi (ko'rsatkich) bilan belgilanadi. Har bir tibbiyot muassasasida belgilash usuli turlicha bo'lishi mumkin, shuning uchun ishlayotgan muassasangiz tartibiga muvofiq yo'l-yo'riq olinadi.

Izolyatsiya belgisi namunasi 1



1. Kontakt orqali yuqishga qarshi ehtiyot chorasi
(Contact Precauton)



2. Standart ehtiyot chorasi
(Standard Precauton)



3. Tomchi orqali yuqishga qarshi ehtiyot chorasi
(Droplet Precauton)



4. Havo orqali yuqishga qarshi ehtiyot chorasi
(Airborne Precauton)

Izolyatsiya belgisi namunasi 2

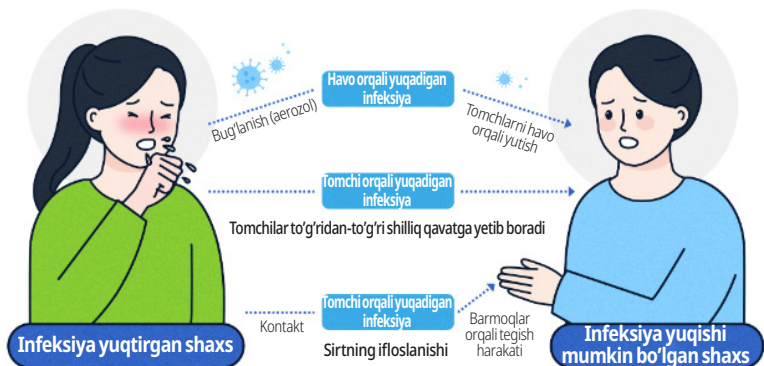
Havo orqali yuqadigan infeksiya	Tomchi orqali yuqadigan infeksiya	Kontakt orqali yuqadigan infeksiya
<p>Havo orqali yuqadigan infeksiya</p> <p>Tashrif buyuruvchilar palataga kirishdan oldin hamshira xonasiga xabar berishlari zarur</p>  <p>Qo'lyuqumashga e'tiboringiz -Palataga kirishdan avval -Shahar tashqari vositalarini yechgandan so'ng</p>  <p>N95-respirator maskevaqasini Palataga kirishdan oldin taqdim etish Palatadan chiqqandan keyin o'chirish</p>  <p>Palata ehtiyot yuqish harakteridagi Mafiyat bo'limi palatadan loqiblanishi</p>  <p>Bemor narakatini o'tkazish juz'alar va holdalardan tashqari bemorning harakatlarini cheklanishi</p>	<p>Tomchi orqali yuqadigan infeksiya</p> <p>Tashrif buyuruvchilar palataga kirishdan oldin hamshira xonasiga xabar berishlari zarur</p>  <p>Qo'lyuqumashga e'tiboringiz -Palataga kirishdan avval -Shahar tashqari vositalarini yechgandan so'ng</p>  <p>Tibbiy (garnitir) maskevaqasini Palataga kirishdan oldin taqdim etish Palatadan chiqqandan keyin o'chirish</p>  <p>Palata ehtiyot yuqish harakteridagi bolyog'ay palatasidan loqiblanishi</p>  <p>Bemor narakatini o'tkazish juz'alar va holdalardan tashqari bemorning harakatlarini cheklanishi</p>	<p>Kontakt orqali yuqadigan infeksiya</p> <p>Tashrif buyuruvchilar palataga kirishdan oldin hamshira xonasiga xabar berishlari zarur</p>  <p>Qo'lyuqumashga e'tiboringiz -Palataga kirishdan avval -Shahar tashqari vositalarini yechgandan so'ng</p>  <p>Xalika va qo'ltop teqish Palataga kirishdan oldin taqdim etish Palatadan chiqqandan keyin o'chirish</p>  <p>Buyumlarini doimida o'z ichida bolyog'ay palatasidan loqiblanishi</p>  <p>Bemor narakatini o'tkazish juz'alar va holdalardan tashqari bemorning harakatlarini cheklanishi</p>

2. Yuqumli kasalliklarning yuqish yo'llari

1. Yuqumli kasalliklar qanday tarqaladi?

- ④ Yuqumli kasalliklarning tarqalishi – bir odamdan boshqa odamga infeksiya yuqishini anglatadi.
- ④ Yuqumli kasalliklarning tarqalish yo'llari kasallik turiga qarab farq qiladi. Ular tomchi orqali, havo orqali vabevosita aloqa orqali tarqaladi.
- (Tomchi orqali tarqalish) Nafas yo'llaridan chiqqan tomchilar (tupurik tomchilar) sachrab, boshqa odamning nafas yo'liga kirib infeksiya keltirib chiqaradi. Tomchilar odatda 1 metr masofagacha yetib boradi. Bunday kasalliklarga gripp, ko'kyo'tal, difteriya va boshqalar kiradi.

- **(Havo orqali tarqalish)** Nafas yo'llaridan chiqqan juda mayda zarrachalar yengillashib havoda uzoq vaqt saqlanadi va boshqa odamning nafas yo'lga kirib infeksiya keltirib chiqaradi. Bunday kasalliklarga sil, suvchechak, qizamiq kiradi.
- **(Aloqa orqali tarqalish)** Kasallangan odamga bevosita tegish yoki bemor ishlatgan buyumlarga tegib, qo'l orqali boshqa odamga infeksiya yuqishi. Bunday kasalliklarga ich terlama(tif), vabo, antibiotiklarga chidamli bakterial infeksiyalar, bitlash va boshqalar kiradi.



※ Manba: Kasalliklarni nazorat qilish va oldini olish agentligi

3. Izolyatsiyadagi bemorni parvarish qilishda ehtiyot choralari

1. Asosiy rioya qilinadigan qoidalar

- ① Barcha bemorlarga qo'llaniladigan infeksiyani oldini olish va boshqarish qoidalariga qat'iy rioya qilish kerak.
 - ※ II. Bemorni parvarish qilishda infeksiyani oldini olish va boshqarish qoidalariga qarang
- ② Yuqumli kasalliklar ichida sog'lom odamlar uchun ham infeksiya xavfi mavjud bo'lgan holatlarda parvarish cheklanadi. Biroq, infeksiya tarqalish xavfi yo'q yoki past bo'lgan hollarda, infeksiyaga moyil boshqa bemorlarga yuqmasligi uchun tarqalish yo'lga qarab ehtiyot choralari rioya qilgan holda parvarish qilish mumkin.
- ③ Tarqalish yo'llari bo'yicha ehtiyot choralari rioya qilish asosiy tamoyil hisoblanadi. Ammo har bir tibbiyot muassasasining ichki ko'rsatmalari farq qilishi mumkin, shuning uchun tegishli tibbiyot muassasasi yo'riqnomalariga amal qiling.

2. Tomchi orqali izolyatsiya qilingan bemor

- ④ Bemor yo'talganda, aksirganda yoki gapirganda nafas yo'llaridan chiqqan tomchilar atrofga sachramasligi juda muhim. Shu sababli bemor niqob (maska) taqishi kerak.
- ④ Ko'p o'rinli palatada yotgan bemor niqob taqa olmaydigan holatda bo'lsa, boshqa bemorlarning yotoqlari tomon tomchilar sachramasligi uchun parda tortiladi.
- ④ Bemor bilan 1 metr masofagacha yaqinlashadigan shaxslar albatt niqob taqishlari kerak.
- ④ Bemorning nafas yo'llaridan chiqqan tomchilar bemorning terisi, kiyimlari, ishlatadigan buyumlari yoki yotoq kabi atrofni ifloslantirishi mumkin. Shuning uchun bemor yoki uning atrofiga tegilgandan so'ng albatta qo'l gigiyenasiga rioya qiling va atrof yuzalarni dezinfeksiya vositasi bilan tez-tez tozalang.
- ④ Tomchi bilan ko'p ifloslangan joylarni tozalash yoki ularga tegishda bir martalik qo'lqop kiying, qo'lqopni yechgandan so'ng esa qo'l gigiyenasini bajaring.
- ④ Bemor ishlatgan buyumlarni boshqa bemorlar umumiy foydalanadigan joylar(muzlatgich, hojatxona, yuvinish joyi va boshqalar)ga qo'ymang.
- ④ Bemorning suv ichish idishi imkon qadar bir martalik bo'lishi kerak. Idish tovoq va qoshiq vilkalar kasalxona oshxonasiga qaytarilib, u yerda yuvilishi lozim. Ularni umumiy hojatxona yoki kir yuvish xonasida yuvmang.
- ④ Bemorning nafas tomchilari bilan ifloslangan buyumlar tibbiy chiqindilar uchun mo'ljallangan maxsus idishga tashlanishi kerak.

3. Havo orqali izolyatsiya qilingan bemor

- ④ Havo izolyatsiya xonasining ichki havosi yo'lak yoki boshqa palatalarga chiqib ketmasligi uchun har doim palata eshigi yopiq holda saqlanadi.
- ④ Havo orqali izolyatsiya qilingan bemorga palatadan tashqariga chiqish taqiqlanadi. Tekshiruv yoki davolanish uchun tibbiyot xodimlarining ko'rsatmasi bo'lsa, bemorga niqob taqdirilib, palatadan chiqishiga ruxsat beriladi.

• Nafas yo'llari sili (tuberkulyoz) bilan kasallangan bemor

- Sog'lom odamlarga ham infeksiya yuqish xavfi mavjud. Shu sababli izolyatsiya davrida bemorni parvarish qilayotgan shaxs palata ichida doimo N95 niqob taqishi kerak. Ovqatlanish yoki tish yuvish kabi niqobni yechish zarur bo'lgan holatlar palatadan tashqarida bajariladi.
- Batafsil qoidalar bo'yicha tegishli tibbiyot muassasaning ko'rsatmalarini tekshirib, ularga rioya qiling.

• Qizamiq bilan kasallangan bemor

- Qizamiq bilan og'rigan yoki qizamiqqa qarshi emlashni 2 marta to'liq olgan shaxsda immunitet bo'ladi, shuning uchun u qizamiq bemorni parvarish qilishi mumkin.
- Agar qizamiq bilan og'rimagan yoki qizamiqqa qarshi emlashning 2 dozasini to'liq olmagan parvarishlovchi izolyatsiya davrida bemorga qarasa, palata ichida doimo N95 niqob taqishi kerak..
- Palatadan chiqayotganda eshikni yopib chiqqandan so'ng N95 niqobni yechish kerak.

• Suvchechak (chechak) bemor

- Suvchechak bilan og'rigan yoki suvchechakka qarshi emlashning 2 dozasini to'liq olgan shaxsda immunitet bo'ladi va u kasallanmaydi, shuning uchun suvchechak bemorga qarash mumkin.
- Agar suvchechak bilan og'rimagan yoki suvchechakka qarshi emlashning 2 dozasini to'liq olmagan parvarishlovchi izolyatsiya davrida bemorga qarasa, palata ichida doimo N95 niqob, qo'lqop va xalat kiyishi shart.
- Palatadan chiqayotganda, palata ichida qo'lqop va xalatni yechib, palatadan chiqqandan so'ng N95 niqobni yechish kerak.

Ⓢ Qizamiq yoki suvchechakning teri shikastlanishlarida hamda nafas yo'llari ajrilmalarida virus bo'lganligi sababli, tez-tez qo'l gigiyenasiga rioya qilish kerak va palatadan tashqariga chiqayotganda albatta qo'l gigiyenasini bajarish zarur.

Ⓢ Bemor ishlatgan buyumni palatadan tashqariga olib chiqmaslik zarur.

4. Kontakt orqali izolyatsiya qilingan bemor

- ④ Kontakt izolyatsiyasidagi bemor alohida palatada yotadi. Agar alohida palata imkoni bo'lmasa, boshqa bemorlarning yotoqlari ifloslanmasligi uchun joy parda va boshqalar bilan ajratiladi.
- ④ Kontakt izolyatsiyasidagi bemor faqat hamshira bilan palatadan chiqishi mumkin. Palatadan chiqishdan oldin qo'l gigiyenasini bajaradi va toza bemor kiyimini kiyadi yoki xalat kiyadi.
- ④ Bemorni parvarish qilish vaqtida izolyatsiya palatasi ichida doimiy ravishda (selofan) xalat kiyiladi. Agar bemor yoki uning atrof-muhiti bilan bevosita aloqa qilinsa, qo'l gigiyenasidan so'ng qo'lqop va (selofan) xalat kiyiladi.
- ④ Palatadan chiqishda tashqi muhitni ifloslantirmaslik uchun palata ichida kiyilgan xalat yechiladi va qo'l gigiyenasi bajarilgandan keyin chiqiladi.
 - Agar, palata ichida bemor yoki uning atrof-muhiti bilan bevosita aloqa qilganda xalat kiyilgan bo'lsa va uning ostida ish kiyimi bo'lsa, palatadan chiqishda toza kiyimga almashtiriladi va yoki toza (selofan) xalat kiyiladi.
- ④ Antibiotiklarga chidamli bakteriyalardan vankomitsin chidamli enterokokk (VRE), karbapenemga chidamli ichak bakteriyalari (CRE) tashuvchilari hamda ich terlama (tif) yoki xolera kabi ich ketishi bilan kechadigan yuqumli kasalligi bo'lgan bemorlarning najasida ko'p miqdorda mikroblar bo'ladi. Shuning uchun najas yoki taglikni almashtirish vaqtida albatta bir martalik xalat va qo'lqop kiyib, qo'l va ish kiyimining ifloslanishining oldi olinadi. Najas bilan bog'liq ish tugagach, qo'lqop yechilib, qo'llar suv va sovun bilan yuviladi.
- ④ Bemorning terisi, kiyimi, foydalanadigan buyumlari yoki yotoq kabi atrof-muhit ifloslangan bo'lishi mumkin. Shuning uchun bemor yoki uning atrof-muhitiga teggandan so'ng albatta qo'l gigiyenasi bajariladi va atrof yuzalari dezinfeksiya vositasi bilan tez-tez artiladi.
- ④ Bemor foydalangan buyumlar boshqa bemorlar bilan birga foydalaniladigan joylarga (muzlatkich, hojatxona, qo'l yuvish joyi va boshqalar) qo'yilmaydi va palatadan tashqariga olib chiqilmaydi.
- ④ Bemorning idish tovoqlari imkon qadar bir martalik bo'lishi kerak. Idishlar va sochiqlar kasalxona oshxonasiga topshirilib yuviladi. Ular umumiy hojatxona yoki kir yuvish xonasida yuvilmaydi.
- ④ Bemorning siydik va najasi bilan ifloslangan buyumlarni qo'llaganda atrof-muhit ifloslanmasligiga alohida e'tibor beriladi va ular tibbiy chiqindilar uchun mo'ljallangan idishga tashlanadi.

4. Shaxsiy himoya vosita turlari va kiyib yechish tartibi

1. Izolyatsiya turiga qarab kiyilishi kerak bo'lgan shaxsiy himoya vositalari

Izolyat siya turi	Qo'lqop	Niqob	Xalat	Yuzni himoya qilish vositasi
Havo orqali	-	N95 niqob	-	-
Tomchi orqali	Sekretsiya (balg'am) bilan ishlaganda	tibbiy niqob, KF80 niqob	Sekretsiya (balg'am) bilan ishlaganda	Sekretsiya (balg'am) sachrashi mumkin bo'lsa
Kontakt orqali	Bemor yoki uning atrof-muhiti bilan aloqa qilganda	-	Bemor yoki uning atrof-muhiti bilan aloqa qilganda	-

Kontakt orqali yuqadigan infeksiya (Contact Precaution)

Kirishda

Chiqishda

Tomchi orqali yuqadigan infeksiya (Droplet Precaution)

Kirishda

Chiqishda

Havo orqali yuqadigan infeksiya (Airborne Precaution)

Kirishda

Chiqishda

※ Manba: Degu Fatima Kasalxonasi infeksiyani nazorat qilish bo'limi

2. N95 niqobni taqish va yechish usuli

Buklama turdagi niqobni taqish usuli

1. Niqobning qanotlarini yuqadigan sohga, ikki tomondagi uchlarini bukimg.
2. Mahkamlovchi qismini yuzingizga qilib, burun va og'izni to'liq yopib tazing.
3. Quloq bog'larini quloqlarga ilib, niqobni ozingizga moslasing.
4. Ikki barmog'ingiz bilan burun qismini burangizga mahkam yopishish uchun bosib qo'ying.
5. Havo chiqib ketmayotganini tekshirib, niqobni yuzga mahkam joylashtiring.

Piyola shaklidagi niqobni taqish usuli

1. Bosh bog'ichini pastga tushuring va yengil ushlab turing.
2. Burun va yakini to'liq yopadigan qilib niqobni yuzga moslashtiring.
3. Bir qo'l bilan niqobni ushlab, yuzgani bog'ichini boshingiz orqasiga mahkamlang.
4. Pastki bog'ichini bo'yin orqasiga mahkamlab, quloq oridan otkazing.
5. Ikki barmog'ingiz bilan burun qismini burangizga mahkam yopishish uchun bosib qo'ying.
6. Havo siz chiqmayotganini tekshirib, niqobni yuzga mahkam joylashtiring.

※ Manba: Koreya oziq-ovqat va dori vositalari xavfsizligi agentligi, Kasalliklarni nazorat qilish va oldini olish agentligi

Niqob taqish

Niqobni taqishdan oldin yuzingizning shakli va o'lchamiga mos keladigan niqobni tanlang



Niqob taqish

(N95/KF94 niqob yoki bundan yuqori ko'rsatkichli niqob)

Barmoqlar bilan niqobning burun qismiga bosib, yuzga mahkam yopishini taminlang

N95 niqobini tekshirish fit test

- 1) Niqobni ikki qo'l bilan yopib ushlang
- 2) Nafas olayotganda niqob ichkariga tortilishini (manfiy bosim, mahkam yopishganini) tekshiring
- 3) Nafas chiqarganda niqob biroz tashqariga shishishini (musbat bosim, mahkam yopishganini) tekshiring
- Havoning sizib chiqayotganini tekshirish uchun jarayonni yana bir bor takrorlang

Niqobni yechish



N95 niqobni yechish

- 1) Pastki tasmasini yeching
- 2) Yuqori tasmasini yeching
- 3) Faqat tasmasidan ushlab niqobni olib tashlang

Niqobni yechish

(N95/KF94 niqob yoki bundan yuqori ko'rsatkichli niqob)

Niqobning tashqi qismidan ushlamasdan, faqat tasmasidan ushlab yeching va tibbiy chiqindilar uchun mo'ljallangan mahsus idishga tashlang

Qo'l gigiyenasini bajaring

※ Manba: "Tibbiyot muassasasi xodimlari uchun yuqori isitma va trombotsit kamayishi sindromi(SFTS) ikkilamchi infeksiyaning oldini olish qoidalari", Kasalliklarni nazorat qilish va oldini olish agentligi

3. Bir martalik suv o'tkazmaydigan xalatni kiyib yechish usuli

Bir martalik suv o'tkazmaydigan xalatni kiyish



- 1) Bir martalik suv o'tkazmaydigan xalatni olish
Qo'l gigiyenasini bajargandan so'ng qadoqni ochish
☑ selofan xalatni chiqarish



- 2) Bir martalik suv o'tkazmaydigan xalatni yoyish
Xalatning ichki tomoni o'zingizga qaragan holda yoyish, yelka qismidan ushlab



- 3) Bir martalik suv o'tkazmaydigan xalatni kiyish
Boshdan kiyish ☑ qo'llarni xalat ichiga kiritib kiyish
*Xalat yengining uchidagi teshikka bosh barmoqni kiritish



- 4) Bir martalik suv o'tkazmaydigan xalatni tartibga keltirish
Yelka qismini tozirlash ☑ bel bog'ichini bog'lash ☑ selofan qo'lqop kiyish

Bir martalik suv o'tkazmaydigan xalatni yechish

- 1) Qo'l gigiyenasini (qo'lni dezinfektsiya qilish)
- 2) Selofan uzun xalatning old yuqori qismini ushlab, xalat yirtilishi uchun tortish
- 3) Xalatning tashqi tomoni ichkariga kiradigan qilib o'rab yig'ish
- 4) Avval qo'llarni chiqarib, qo'l'dagi qo'lloplarni ham birga yechib tartibga keltirish
- 5) Bel ismidan mahkam ushlab tortib, 3-bosqichdagi harakatni davom ettirish
- 6) Chiqindi qutisiga xavfsiz tarzda tashlash
- 7) Qo'l gigiyenasini (qo'lni dezinfektsiya qilish)



※ Manba: Kasalliklarni nazorat qilish va oldini olish agentligi

4. Shaxsiy himoya vositalarini kiyish-yechishda ehtiyot choralari

Kiyishda



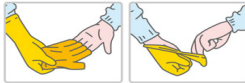
Barmoqlar bilan niqobning burun qismi yuzga mahkam yopishishi uchun bosib qo'yish




Qo'lqoplarni kiyishda ularni kiyim yengining ustidan yopib, teri ochilib qolmasligiga e'tibor berish

Yechishda


Ifloslangan qismlarga imkon qadar qo'l tekizmaslik kerak
Shaxsiy himoya vositalarini yechishning har bir bosqichida qo'l gigiyenasiga rioya qilish



Qo'lqopning tashqi qismiga qo'l bilan tegmaslik kerak
Qo'lqopning ichki tomoni tashqariga chiqadigan qilib agdarib yechish



Xalatni yechishda uning tashqi qismi tanaga tegmasligiga e'tibor berib, tashqi tomoni ichkariga kiradigan qilib o'rab yechish



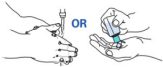




Yuzni himoya qiluvchi vositalari yechishda old qismiga tegmaslik (ko'z shilliq parbasini himoya qilish)
Niqobning old qismini ushlamasdan, faqat bog'ichini ushlab yechib, tibbiy chiqindilar uchun mo'ljallangan mahsus idishga tashlash

※ Manba: "Tibbiyot muassasasi xodimlari uchun yuqori isitma va trombotsit kamayishi sindromi(SFTS) ikkilamchi infeksiyaning oldini olish qoidalari", Kasalliklarni nazorat qilish va oldini olish agentligi

5. Shaxsiy himoya vositalarini kiyish tartibi

⊙ Agar kiyilishi kerak bo'lgan himoya vositalari ikki yoki undan ko'p turda bo'lsa, quyidagi tartibda ykiyladi.

Kiyish zarurati bo'lmagan vositalar bu tartibdan chiqarib tashlanadi.

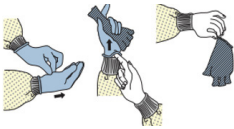



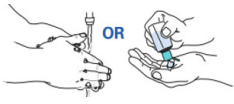
1. Qo'l gigiyesi	<ul style="list-style-type: none"> Himoya vositasini kiyishdan oldin qo'l gigiyenasini bajaring. Qo'llarni suv va sovun bilan yuving yoki spirtli dezinfeksiya vositasidan foydalaning. 	
2. Xalat kiyish	<ul style="list-style-type: none"> Bo'yin qismidagi ilgakni taqing yoki bog'ichi bo'lsa, orqa tomonga yaxshilab bog'lang. Bel qismidagi bog'ichni bog'lab, xalat tanani to'liq yopishiga e'tibor bering. 	
3. Niqob taqish	<ul style="list-style-type: none"> Burun va og'iz to'liq yopilganiga e'tibor bering va niqob bog'ichlarini mustahkamlang. Burun ustidagi metall qismini bosib, yuzga niqob mahkam yopishishiga e'tibor qarating. ※N95 niqobini taqish usuli uchun N95 niqobi bo'yicha ko'rsatmaga qarang. 	
4. Ko'zoynak yoki yuzni himoya qiluvchi vositani taqish	<ul style="list-style-type: none"> Himoya plyonkasini olib tashlang va vosita yuzga mustahkam o'rnatilganiga e'tibor bering. 	
5. Qo'lqop kiyish	<ul style="list-style-type: none"> Qo'lqopni bilakchaga kiying. Agar xalat kiyilgan bo'lsa, qo'lqoplarni xalat yengining ustiga chiqargan holda kiying. 	

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

6. Shaxsiy himoya vositalarini yechish tartibi

🕒 Agar yechilishi kerak bo'lgan himoya vositalari ikki yoki undan ko'p turda bo'lsa, quyidagi tartibda yechiladi.

Kiyilmagan himoya vositalari bu tartibdan chiqarib tashlanadi.

1. Qo'lqop yechish	<ul style="list-style-type: none"> • Qo'lqopning tashqi tomoni ifloslangan bo'lishi mumkin, shuning uchun qo'llar ifloslanmasligiga e'tibor bering. • Qo'lqop kiyilgan chap qo'l bilan o'ng qo'lqopni ushlab, ehtiyotkorlik bilan yeching. • Qo'lqop yechilgan o'ng qo'lning barmoqlarini chap qo'lqopning bilak qismiga ichkaridan kirgizib, aylantirib yeching. 	
2. Ko'zoynak yoki yuzni himoya qiluvchi vositani yechish	<ul style="list-style-type: none"> • Ifloslangan old qismini uhlamasdan orqa tomondagi bog'ich yoki tasmaidan ushlab, ehtiyotkorlik bilan yeching. 	
3. Xalat yechish	<ul style="list-style-type: none"> • Ifloslangan old qismini ushlamasdan, orqa tomondagi bo'yin va bel bog'ichlarini yeching, xalatning ichki qismini ushlagan holda aylantirib yeching. 	
4. Niqob yechish	<ul style="list-style-type: none"> • Ifloslangan old ismini ushlamasdan, quloq orqasidagi yoki boshning orqa qismidagi bog'ichdan ushlab, ehtiyotkorlik bilan yeching. • Niqobning tashqi tomoni yuzga tegmasligiga e'tibor bering. 	
5. Qo'l gigiyenasi	<ul style="list-style-type: none"> • Himoya vositasini yechgandan so'ng, qo'l gigiyenasini bajaring. Suv va sovun bilan yuvishingiz yoki spirtli dezinfeksiya vositasidan foydalanishingiz mumkin. • Himoya vositasini yechayotganda qo'lingizda ko'zga ko'rinadigan ifloslanish sodir bo'lsa, suv va sovun bilan qo'lingizni yuving. 	

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



TIBBIYOT MUASSASALARIDA ISHLOVCHI
PARVARISH XODIMLARI uchun

INFEKSIYANI OLDINI OLISH va NAZORAT QILISH QOIDALARI



Kasalliklarni nazorat qilish
va oldini olish agentligi



KAICN Koreya infeksiyani nazorat
qilish hamshiralari jamiyati