

16

โรงพยาบาลสตึก กม.๑๐		หน้า ๑/๒
วิธีปฏิบัติเลขที่ :		ฉบับที่
เรื่อง : การล้างมือ		วันที่ ร.ค. ๒๕๕๔
แผนก :	แผนกที่เกี่ยวข้อง ทุกฝ่าย/งาน	
ผู้จัดทำ: งานป้องกันและควบคุมการติดเชื้อในโรงพยาบาล		ผู้อนุมัติ

วัตถุประสงค์

- ๑.เพื่อให้บุคลากรตระหนักและเข้าใจถึงความสำคัญของการล้างมือให้บริการรักษาพยาบาล
- ๒.เพื่อให้บุคลากรทุกระดับสามารถล้างมืออย่างถูกวิธี ก่อนและหลังการสัมผัสผู้ป่วยหรือสิ่งของปนเปื้อนเชื้อโรค
- ๓.เพื่อให้บุคลากรทางการแพทย์มีความรู้ในเรื่องการล้างประเภทต่างๆ และสามารถปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง

ขอบข่าย บุคลากรทางการแพทย์ทุกคน

นิยาม

การล้างมือ หมายถึง การใช้น้ำและสบู่หรือน้ำยาฆ่าเชื้อชะล้างสิ่งสกปรกต่างๆ บนมือและลดจำนวนแบคทีเรียหรือจุลชีพที่อาศัยอยู่ชั่วคราวบนผิวหนัง ซึ่งได้รับการสัมผัสผู้ป่วยหรือจากสิ่งแวดล้อมที่มีการปนเปื้อนเชื้อโรค เพื่อมิให้มือของบุคลากรเป็นพาหะของเชื้อโรคจากผู้ป่วยคนหนึ่งไปสู่ผู้ป่วยอีกคนหนึ่ง หรือนำเชื้อโรคจากมือบุคลากรไปสู่ผู้ป่วยและป้องกันการนำเชื้อโรคจากผู้ป่วยเข้าสู่ตัวบุคลากร

การล้างมือมี ๓ แบบ มีดังนี้

๑.การล้างมือทั่วไป (Normal hand washing) เป็นการล้างมือ เพื่อขจัดสิ่งเปื้อนเปื้อน ผื่น

ละออง เหยื่อโคลบนมือออกเพื่อให้มือสะอาด ใช้สำหรับการล้างมือในการดูแลผู้ป่วยที่

ไม่ได้มีการสัมผัสสิ่งคัดหลั่งจากร่างกายผู้ป่วย ก่อนและหลังให้บริการทั่วไป

๒.การล้างมือด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อ (Hygienic hand washing) เป็นการล้างมือเมื่อสัมผัสสิ่งคัด

หลั่งจากร่างกายผู้ป่วยหรืออุปกรณ์การแพทย์ สิ่งของ เครื่องใช้ของผู้ป่วยที่ปนเปื้อนเชื้อ

ผู้ป่วยติดเชื้อรุนแรง ผู้ป่วยที่อยู่ในห้องแยกและเมื่อต้องมีการสอดใส่อุปกรณ์ทางการ

แพทย์เข้าสู่ร่างกายผู้ป่วยและผู้ป่วยเสี่ยงต่อการติดเชื้อสูง เช่น ทารก ผู้ป่วยภูมิคุ้มกันต่ำ

๓.การล้างมือเพื่อหัตถการในห้องผ่าตัด การทำคลอด (Surgical hand washing) เป็นการทำให้

ความสะอาดมือเพื่อขจัดหรือทำลายเชื้อจุลินทรีย์ซึ่งอยู่ชั่วคราวบนมือและลดจำนวนเชื้อจุล

ชีพประจำถิ่นบนมือ

เอกสารอ้างอิง

สมหวัง อ่านชัยจิตร.(๒๕๓๘).การป้องกันการติดเชื้อจากการให้บริการทางการแพทย์และ

สาธารณสุข (พิมพ์ครั้งที่ ๒).กรุงเทพฯ:โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.

อะเคื่อ อุณหเลขกะ.การป้องกันการติดเชื้อในโรงพยาบาล กรุงเทพมหานคร เจ.ซี.ซี.การพิมพ์ พ.ศ.

๒๕๔๑.

โรงพยาบาลสตึก กม.๑๐		หน้า ๑/๒
วิธีปฏิบัติเลขที่ :		ฉบับที่
เรื่อง : การล้างมือชนิด Normal hand washing		วันที่ ร.ค.. ๒๕๕๔
แผนก :	แผนกที่เกี่ยวข้อง ทุกฝ่าย/งาน	
ผู้จัดทำ: งานป้องกันและควบคุมการติดเชื้อในโรงพยาบาล		ผู้อนุมัติ

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้การล้างมือแบบ Normal hand washing เป็นไปอย่างถูกต้อง
๒. เพื่อให้บุคลากรทางการแพทย์ทุกคนตระหนักถึงความสำคัญของการล้างมือ
๓. เพื่อเป็นแนวทางในการล้างมือสำหรับบุคลากรทุกคนในโรงพยาบาล

ขอบข่าย บุคลากรทุกคนในโรงพยาบาล

นิยาม

การล้างมือแบบ Normal hand washing หมายถึง การล้างมือเพื่อขจัดสิ่งเปรอะเปื้อน ฝุ่นละออง สิ่งสกปรกและเชื้อจุลินทรีย์ที่อยู่บนมือชั่วคราว เพื่อให้มือสะอาดโดยการฟอกมือด้วยน้ำ และสบู่ ใช้การล้างมือวิธีนี้เมื่อให้การดูแลผู้ป่วยซึ่งไม่ได้มีการสัมผัสสิ่งคัดหลั่งจากร่างกายผู้ป่วย ล้างก่อนและหลังสัมผัสผู้ป่วยแต่ละรายและก่อนทำกิจกรรมการพยาบาลทุกครั้ง เช่น การป้อนอาหาร การเตรียมยา

วิธีปฏิบัติ

๑. ถอดนาฬิกาข้อมือและม้วนแขนเสื้อที่ยาวให้อยู่เหนือข้อศอกแล้วล้างมือให้เปียกเทสบู่หรือน้ำยา
๒. ถูบริเวณฝ่ามือ โดยถูฝ่ามือกับฝ่ามือและง่ามมือด้านหน้า
๓. ฝ่ามือถูบริเวณหลังมือสลับกันทั้ง ๒ ข้าง
๔. ถูข้อมือด้านหลังมือด้วยฝ่ามือทั้ง ๒ ข้างสลับกัน

๕.ถูหัวแม่มือ

๖.ถูปลายนิ้วโดยหมุนวนไปมาบนฝ่ามือ ๒ ข้าง

๗.ถูรอบข้อมือแล้วล้างออกด้วยน้ำสะอาด เช็ดมือให้แห้ง

๘.ควรล้างมือ ๑๕-๓๐ วินาที (อย่างน้อย ๑๐ วินาที)

๙.สบู่ก้อนเก็บในภาชนะที่แห้งและโปร่ง หากใช้สบู่เหลวไม่ควรบรรจุสบู่ในปริมาณมาก เมื่อใช้สบู่

เหลวหมดควรทำความสะอาดภาชนะบรรจุ และทำให้แห้งก่อนการบรรจุใหม่

เอกสารอ้างอิง

:ความรู้ในการป้องกันการติดเชื้อในโรงพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

:แนวคิดพื้นฐานและหลักการพยาบาล สถาบันพระบรมราชชนก กระทรวงสาธารณสุข

:[Http://www.thaiclinic.com](http://www.thaiclinic.com)

โรงพยาบาลอัครพิบ กม.๑๑		หน้า ๑/๓
วิธีปฏิบัติเลขที่ :		ฉบับที่
เรื่อง : การล้างมือชนิด Hygienic hand washing		วันที่ ร.ค. ๒๕๕๔
แผนก :	แผนกที่เกี่ยวข้อง ทุกฝ่าย/งาน	
ผู้จัดทำ: งานป้องกันและควบคุมการติดเชื้อในโรงพยาบาล		ผู้อนุมัติ

วัตถุประสงค์

- ๑.เพื่อให้การล้างมือแบบ Hygienic hand washing เป็นไปอย่างถูกต้อง
- ๒.เพื่อให้บุคลากรทางการแพทย์ทุกคนตระหนักถึงความสำคัญของการล้างมือ
- ๓.เพื่อเป็นแนวทางในการล้างมือสำหรับบุคลากรทุกคนในโรงพยาบาล

ขอบข่าย บุคลากรทุกคนในโรงพยาบาล

นิยาม

การล้างมือด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อ (Hygienic hand washing) หมายถึง การล้างมือเมื่อสัมผัสสิ่งคัดหลั่ง อุปกรณ์ที่ปนเปื้อนเชื้อ ผู้ป่วยติดเชื้อรุนแรง ผู้ป่วยที่อยู่ในห้องแยกการสอคไต้ อุปกรณ์ เข้าสู่ร่างกายและ ผู้ป่วยเสี่ยงต่อการติดเชื้อสูง เช่น ทารกผู้ป่วยภูมิคุ้มกันต่ำ

วิธีปฏิบัติ

๑.เตรียมอุปกรณ์ให้พร้อม ดังนี้

ก.อ่างล้างมือที่มีก๊อกน้ำ เปิด-ปิด ได้สะดวก ควรเป็นหัวก๊อกชนิดคันโยกสามารถใช้ข้อศอก

ในการเปิด-ปิดน้ำได้

ข.น้ำไหลตลอดเวลาขณะล้างมือ

เรื่อง การล้างมือชนิด Hygienic hand washing

ก.น้ำยาฆ่าเชื้อ Chlohexidine gluconate ๔% หรือ Iodophor ๑.๕%

ง.สบู่ผสมน้ำยาฆ่าเชื้อ

จ.ผ้าเช็ดมือที่ใช้ในแต่ละครั้งเท่านั้น

๓.ยืนห่างอ่างล้างมือ เพื่อมิให้สัมผัสกับอ่างล้างมือ

๔.เปิดน้ำราดมือทั้ง ๒ ข้างถึงข้อศอก ควรเปิดน้ำให้ไหลพอควร ไม่ไหลแรงเกินไปเพื่อป้องกันมิให้น้ำตกอ่างล้างมือกระเด็นถูกเสื้อผ้า

๕.ฟอกมือด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อ (ใช้น้ำยา ๓-๕ มิลลิลิตร) ถูมือทั้ง ๒ ข้างให้ทั่วถึง ฟอกมือโดยใช้ฝ่ามือถูกัน ใช้ฝ่ามือถูหลังมือทั้ง ๒ ข้าง

๖.กางนิ้วมือออกถูฝ่ามือ ฟอกนิ้วหัวแม่มือปลายนิ้วมือทุกนิ้ว ฟอกรอบข้อมือทั้ง ๒ ข้าง การฟอกมือด้วยน้ำยาให้ทำนานอย่างน้อย ๓๐ วินาที

๗.ล้างมือออกด้วยน้ำสะอาดจนหมดคราบน้ำยาฆ่าเชื้อ ชูปลายนิ้วขึ้นเพื่อป้องกันน้ำไหลย้อนจากบริเวณสอกปรกมาบริเวณสะอาด

๘.ปิดก๊อกน้ำโดยใช้ข้อศอก

๙.ซับมือให้แห้งด้วยผ้าที่สะอาดใช้ครั้งเดียวทิ้ง โดยซับจากปลายนิ้วมือมายังข้อมือ

๑๐.ภาชนะที่บรรจุน้ำยาฆ่าเชื้อ ควรเป็นชนิดที่ก่เปิดด้วยข้อศอกหรือเท้าทุกครั้ง ก่อนเติมน้ำยาต้องล้างให้สะอาดผึ่งให้แห้งก่อนเติมน้ำยาใหม่และการใส่น้ำยาในภาชนะให้ใส่น้ำยาแต่น้อยใช้ไม่เกิน

๒๔ ชั่วโมง

โรงพยาบาลสตึก กม.10		หน้า 1/3
วิธีปฏิบัติเลขที่ :		ฉบับที่ :
เรื่อง : การใช้น้ำยาล้างมือแห้ง (Alcohol Hand Rub)		วันที่ :
แผนก : แพทย์และพยาบาล	แผนกที่เกี่ยวข้อง : ทุกฝ่ายทุกงาน	
ผู้จัดทำ : งานป้องกันและควบคุมการติดเชื้อในโรงพยาบาล		ผู้อนุมัติ :

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อลดจำนวนเชื้อแบคทีเรียบนมือ เมื่อมือไม่เปื้อน
๒. เพื่อให้บุคลากรทุกคนในโรงพยาบาลรู้ เข้าใจ และเห็นความสำคัญของการล้างมือด้วยน้ำยาล้างมือชนิดไม่ต้องล้างออก ใช้สำหรับการล้างมือทั่วไป (Normal Hand washing)
๓. เพื่อลดการแพร่กระจายเชื้อโรค อันจะนำมาสู่การป้องกันการติดเชื้อและลดค่าใช้จ่ายในการรักษาโรคติดเชื้อในโรงพยาบาล
๔. เพื่อให้เกิดความสะดวกและความปลอดภัยในการปฏิบัติงาน กรณีอ่างล้างมือไม่เพียงพอหรือไม่สามารถล้างมือด้วยน้ำได้

ขอบเขต

๑. ผู้ป่วยทุกเตียงในหอผู้ป่วย (IPD,LR)
๒. โรคที่ต้อง Isolation เช่น MDR,MRSA,ESBL ผู้ป่วยภูมิคุ้มกันต่ำ ฯลฯ
๓. หน่วยงานอื่นๆตามความเหมาะสม เช่น ER,ห้อง Lab,ซักฟอก,X-ray,ทันตกรรม,แพทย์แผนไทย OPD,PCU,คลินิกพิเศษ ฯลฯ

อุปกรณ์

๑. น้ำยาล้างมือแห้ง ส่วนผสม ๗0%Alcohol Glycerine Propylene glycol และ H₂O
๒. ขวดบรรจุน้ำยาล้างมือแห้ง ชนิดแบบมีหัวปั๊ม

เรื่อง การใช้แอลกอฮอล์ล้างมือแห้ง(Alcohol Hand Rub)

คำจำกัดความ

แอลกอฮอล์ล้างมือแห้ง (Alcohol Hand Rub) หมายถึง แอลกอฮอล์ล้างมือแบบไม่ต้องใช้น้ำ มีคุณสมบัติออกฤทธิ์ทำลายเชื้อแบคทีเรีย เชื้อวัณโรค และไวรัส

เอกสารอ้างอิง

:กัธร มาลาธรรม,บรรจง วรรณยิ่ง,ศิริลักษณ์ อภิวัฒนชัย.คู่มือปฏิบัติงานการควบคุมโรคติดเชื้อใน

โรงพยาบาล.กรุงเทพฯ:บริษัทจุฑาทอง จำกัด,๒๕๔๖.๑๑-๑๒

:บุญมี สถาปัตยวงศ์,บรรจง วรรณยิ่ง.คู่มือปฏิบัติงานการควบคุมโรคติดเชื้อในโรงพยาบาล.

กรุงเทพฯ:สุพรการพิมพ์.๒๕๔๒:๑๓

:อะเคือ อุณหเลขกะ.หลักและแนวปฏิบัติการป้องกันการติดเชื้อในโรงพยาบาล.เชียงใหม่: บริษัทมิ่ง

เมืองนวัตน์ จำกัด.๒๕๕๔.๒๑๗-๒๑๘

วิธีปฏิบัติ

๑.ใช้แอลกอฮอล์ล้างมือแห้งในปริมาณเพียงพอที่จะเปียกมือได้ทั่ว โดย

๑.๑ กดน้ำชาลงฝ่ามือ ๒-๔ ครั้ง เพื่อให้ได้น้ำชา ๓-๕ ซีซี

๑.๒ ใช้น้ำชาให้ทั่วมือทั้ง ๒ ข้าง ถูมือทุกซอกทุกมุม รวมทั้งปลายนิ้ว(ปฏิบัติเช่นเดียวกับการล้างมือด้วยน้ำและสบู่)

๑.๓ ถูมือทั้ง ๒ ข้างให้ทั่วจนกระทั่งมือแห้ง ใช้เวลาประมาณ ๑๐-๒๐ วินาที โดยไม่ต้องล้างน้ำ

เรื่อง การใช้น้ำยาล้างมือแห้ง (Alcohol Hand Rub)

ข้อบ่งชี้การใช้

๑. ใช้น้ำยาล้างมือแห้ง กรณีเร่งด่วน เช่น คุณสมพะ การช่วยเหลือชีวิตผู้ป่วย
๒. กรณีไม่สามารถล้างมือเปียกได้ เช่น อ่างล้างมือไม่เพียงพอ หรืออยู่ไกล ไม่สะดวก ต้องให้การดูแลผู้ป่วยต่อเนื่องหลายราย
๓. ก่อนและหลังให้การพยาบาลผู้ป่วยแต่ละราย
๔. ก่อนสวมถุงมือปราศจากเชื้อ ก่อนการสอดใส่อุปกรณ์ทางการแพทย์เข้าสู่ร่างกาย
๕. หลังสิ่งแวดล้อมของผู้ป่วย สิ่งของเครื่องใช้ วัสดุอุปกรณ์ทางการแพทย์ที่อยู่บริเวณเตียงผู้ป่วย
๖. เมื่อสัมผัสส่วนต่างๆ ของร่างกายผู้ป่วยที่อาจมีการปนเปื้อน และต้องสัมผัสส่วนของร่างกายที่สะอาดขณะให้การดูแลผู้ป่วยรายเดิม
๗. หลังสัมผัสผู้ป่วยที่ทราบแน่ชัดว่ามีเชื้อก่อโรคที่สำคัญเจริญอยู่ตามส่วนต่างๆ ของร่างกาย เช่น

MRSA, MDR, Klebsiella

ข้อควรระวัง

๑. ในกรณีที่มือเปื้อนเลือดหรือสารคัดหลั่ง ต้องล้างออกก่อน เพราะสารเหล่านี้จะให้น้ำยาออกฤทธิ์ฆ่าเชื้อโรคได้ไม่ดี
๒. การใช้น้ำยาทำความสะอาดมือแบบแห้งนี้ ห้ามใช้น้ำยาล้างมือ

การดูแลควบคุมบรรจุภัณฑ์