

ہاتھوں کو صاف کرنے کی اہمیت

مریضوں/ تیماداروں کے لئے معلومات



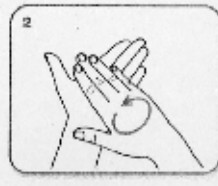
ہاتھ کا رب (RUB) کیسے استعمال کریں

ہاتھوں کی مکمل صحت و صفائی کے لئے رگڑ کر صاف کریں۔ گرد آلود ہاتھوں کو دھوئیں

صفائی کے عمل کا دورانیہ 20 سے 30 سیکنڈ



1a صفائی کے محلول کو ہاتھوں پر ہر جگہ لگائیں



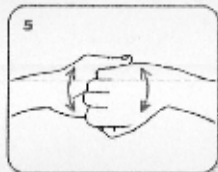
2 ہتھیلیوں کو آپس میں رگڑیں



3 دائیں ہتھیلی، بائیں ہاتھ کی پشت پر
انگلیوں کو رگڑیں۔
پھر بائیں ہتھیلی دوسری ہاتھ پر کریں



4 بائیں ہاتھ کی انگلیوں کو ایک دوسرے
کے ساتھ رگڑ کر صاف کریں



5 انگلیوں و مہنیوں سے تھوڑے
ان کی پشت و ہتھیلی سے رگڑیں



6 دائیں ہتھیلی میں بائیں ہاتھ
تھوڑے رگڑیں اور بائیں ہاتھ
انگلیوں کو رگڑ کر صاف کریں



7 دائیں ہاتھ کی انگلیوں کو بائیں ہتھیلی
میں رگڑ کر رگڑیں اور بائیں ہتھیلی
دوسرے ہاتھ کے ساتھ کریں



8 جب (HAND RUB) خشک ہو جائے
آپ کے ہاتھ صاف ہیں

WORLD ALLIANCE
FOR PATIENT SAFETY

WHO recognizes the Global Universities in Sanofi (HUG) in partnership with the
of the National Council of Hospital Accreditation and Quality Improvement (NCAHQI)

World Health
Organization

ہاتھوں کو صاف کرنے سے کیا مراد ہے؟

ہاتھوں کی صفائی سے مراد ان پر موجود جراثیم سے نجات حاصل کرنا ہے۔ اگر یہ کام درست انداز میں کیا جائے تو یہ بیماریاں پیدا کرنے والے جراثیموں (انفیکشن) سے تحفظ کا سب سے موثر طریقہ بن سکتا ہے۔ ہاتھوں کی موزوں صفائی کے لیے صابن اور پانی سے ہاتھ دھونا یا الکحل کے حامل کسی hand rub سے ہاتھوں کو صاف کرنا ضروری ہے۔

ہاتھوں کو صاف کرنا کیوں ضروری ہے؟

انفیکشن سے محفوظ رہنے کے لیے ہاتھوں کو صاف رکھنا ضروری ہے۔ ہسپتال میں موجود تمام مریضوں کو انفیکشن لگنے کا خطرہ ہوتا ہے، جو جان لیوا ہو سکتے ہیں اور ان کا علاج مشکل ثابت ہو سکتا ہے۔

ہاتھوں کو صاف کرنا کب ضروری ہے؟

- کسی بیمار فرد کا کوئی بھی کام کرنے سے پہلے اور بعد میں (چاہے آپ نے دستا نپے پئے بھی ہوں)
- کھانے کی تیاری اور کھانا کھانے سے قبل اور بعد میں
- اپنی آنکھوں اور چہرے کو ہاتھ لگانے سے قبل اور بعد میں
- ناک صاف کرنے، کھانے یا چھینچنے کے بعد
- بیت الخلا استعمال کرنے کے بعد
- کچرا اٹھانے، بچوں کا ڈائپر تبدیل کرنے یا بیت الخلا استعمال کرنے والے بچوں کی صفائی کرنے کے بعد
- کسی زخم یا شگاف کی مرہم چٹی کرنے سے قبل اور کرنے کے بعد
- جب ہاتھوں پر کوئی گندگی لگ جائے
- ہسپتال میں موجود کسی بستر کے حفاظتی جھنگے، بستر کے قریب رکھی میزوں، دروازے کے ہینڈل یا مریض کے کمرے میں موجود ریوٹ کنٹرول یا ٹیلیفون کو ہاتھ لگانے کے بعد

یاد رکھیں:

صاف ہاتھ آپ کی اور مریض کی زندگی کے تحفظ کے لیے ضروری ہیں

ہاتھ کیسے دھوئیں؟

ہاتھ گرد آلود ہوں تب دھوئیں ورنہ ہاتھ کے صاف کرنے والا (Hand washing) استعمال کریں

دھونے کے عمل کا دورانیہ۔ 40 سے 60 سیکنڈ



WORLD ALLIANCE
for PATIENT SAFETY

WHO acknowledges the Hôpitaux Universitaires de Genève (HUG), in particular the members of the Infectious Control Programme, for their active participation in developing this material. October 2009, version 1.

World Health
Organization


یہ آپ کا حق ہے کہ آپ کی نگہداشت صاف ستھرے انداز میں کی جائے

اگر آپ یہ محسوس کریں کہ آپ کی دیکھ بھال پر مامور افراد آپ کے کام انجام دینے سے قبل ہاتھ صاف نہیں کرتے تو یہ آپ کا حق ہے کہ آپ ان سے ہاتھ صاف کرنے کے لیے کہیں۔ یہ کام شاید اتنا آسان نہیں اور ہو سکتا ہے کہ طبی عملے کے کچھ افراد اس یاد دہانی کے باوجود صفائی کا دھیان نہ رکھیں تاہم اس صورت میں آپ سپروائزر کو آگاہ کر سکتے ہیں۔ بعض اوقات اگر مریض کے لیے یہ کتنا مشکل ہو تو اس کے تیمار دار افراد طبی عملے کو یہ یاد دہانی کروا سکتے ہیں۔

ڈاکٹرز، نرسز یا دوسرے طبی عملے سے کہیں
کہ وہ آپ کا معائنہ کرنے سے قبل ہاتھ صاف کریں۔

The Aga Khan University Hospital

 (021) 111-911-911

 <https://hospitals.aku.edu/Pakistan>

 akupakistan |  AKUHPakistan |  @AKUHPakistan