



I 參、操作規範

一、正確洗手步驟與時機

☆ 溼洗手步驟：溼搓沖擦

1

去除飾品與手錶



2

溼：淋濕雙手



3

取適量洗手劑



4

搓：手掌對手掌互搓五次



5

沖：沖洗雙手至少 30 秒



6

擦：取紙巾擦乾雙手





☆ 溼洗手搓洗步驟：內外夾弓大立腕

1

內：雙手的手心相互搓揉



2

外：手心、手背相互搓揉



3

夾：十指夾縫相互搓揉



4

弓：手心與手指背相互搓揉



5

大：大拇指與虎口



6

立：手指立起與手心互相搓揉
指尖





7

腕：不要忘記手腕



☆ 乾洗手步驟

1

將酒精性乾洗手液按三次(需足夠量才行)倒於掌心



2

手掌對手掌互搓五次



3

右(左)手掌搓揉左(右)手背五次



4

指縫間搓揉各五次





5

雙手手背互搓五次



6

搓揉手腕各五次



7

旋轉洗淨雙手指尖



8

旋轉洗淨雙手腕



9

等待手乾後，雙手乾淨





☆ 洗手 5 時 機

1

接觸病人前



2

執行清潔無菌操作技術前



3

暴露病人體液風險後



4

接觸病人後



5

接觸病人週遭環境後





☆ 洗手設備

1. 水：應使用自來水。

2. 洗手劑：

(1) 肥皂液：容器避免污染，最好用拋棄式，如需重覆使用，則等肥皂溶液完全用完後，徹底清洗乾淨，烘乾後再重新裝入新肥皂溶液，勿於中途加入新肥皂溶液。

(2) 消毒溶液：使用殺菌力強、使用方便之消毒液，如 Hibiscrub、Better Iodine。

(3) 水龍頭：應使用感應式，或以腳、膝、手肘等方式來開關。



(4) 擦手紙：應置於水槽附近，且不易被弄濕之處，其高度應不致於使洗完手後，手上的水從手肘處回流至手。

