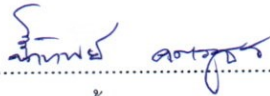


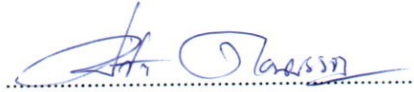


โรงพยาบาลคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม
วิธีปฏิบัติงาน (Work Instruction)
หน่วยงาน งานควบคุมและป้องกันการติดเชื้อในโรงพยาบาล
เรื่อง การล้างมือ Hand Washing

ผู้จัดทำ



(นางสาวน้ำทิพย์ คตภูธร)



(นางปาริชาติ ดอนบรรจง)



(นาง ปาลิดา พูลเพิ่ม)

ตำแหน่ง (หัวหน้างานการพยาบาล)

วันที่..... - 6 มี.ค. 2558

ผู้ทบทวน.....

(แพทย์หญิงกมลวรรณ ตั้งวรพงศ์ชัย)

ตำแหน่ง ประธานกรรมการ ICC

วันที่..... - 6 มี.ค. 2558

ผู้ทบทวน.....

(แพทย์หญิงสุกัญญา ชูคันหอม)

ตำแหน่ง ประธานองค์กรแพทย์

วันที่..... 18 มี.ค. 2558

ผู้อนุมัติ.....

(อาจารย์นายแพทย์ มานิต ธีระตันติกานนท์)

ตำแหน่ง รองคณบดีฝ่ายบริการทางการแพทย์

วันที่..... 18 มี.ค. 58

หมายเลขเอกสาร MSUH-WI-ICC-003	พิมพ์ครั้งที่ : 1	จำนวนเนื้อหา :
วันที่บังคับใช้ : 18-มี.ค-58	แก้ไขครั้งที่ : 0	

เอกสารควบคุม

เอกสารไม่ควบคุม

โรงพยาบาลคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม
รายชื่อผู้ถือครองเอกสาร / ประวัติการแก้ไขเอกสาร
หมายเลขเอกสาร MSUH-WI-ICC-003

ลำดับที่	หน่วยงานผู้ถือครอง	สำเนา เลขที่	พิมพ์ / แก้ไข ครั้งที่	ลำดับที่	รายชื่อผู้ถือครอง	สำเนา เลขที่	พิมพ์ / แก้ไข ครั้งที่
1.	งานอำนวยการ	1	1 / 1	21.	งานประกัน	21	1 / 1
2.	องค์กรแพทย์	2	1 / 1	22.	ห้องผ่าตัด	22	1 / 1
3.	งานเภสัชกรรม	3	1 / 1	23.	แผนกซีกฟอก	23	1 / 1
4.	งานเวชระเบียนและสถิติ	4	1 / 1	24.	งานยานยนต์	24	1 / 1
5.	งานตรวจทางห้องปฏิบัติการ	5	1 / 1	25.	งานอาคารและสถานที่	25	1 / 1
6.	งานการพยาบาล	6	1 / 1	26.	งานอาชีพอนามัยและสิ่งแวดล้อม	26	1 / 1
7.	งานรังสีวินิจฉัย	7	1 / 1	27.		27	1 / 1
8.	งานกายภาพบำบัด	8	1 / 1	28.		28	1 / 1
9.	งานเวชกรรมสังคม	9	1 / 1	29.		29	1 / 1
10.	งานโภชนาการ	10	1 / 1	30.		30	1 / 1
11.	งานพัฒนาคุณภาพการบริการ	11	1 / 1	31.		31	1 / 1
12.	งานแพทย์แผนไทยประยุกต์	12	1 / 1	32.		32	1 / 1
13.	แผนกหอผู้ป่วยในชั้น 8	13	1 / 1	33.		33	1 / 1
14.	แผนกหอผู้ป่วยในชั้น 11	14	1 / 1	34.		34	1 / 1
15.	แผนกห้องฉุกเฉิน	15	1 / 1	35.		35	1 / 1
16.	หน่วยจ่ายกลาง	16	1 / 1	36.		36	1 / 1
17.	แผนกผู้ป่วยนอก	17	1 / 1	37.		37	1 / 1
18.	PCU เมือง	18	1 / 1	38.		38	1 / 1
19.	PCU ขามเรียง	19	1 / 1	39.		39	1 / 1
20.	งานทันตกรรม	20	1/1	40.		40	1/1
21	แผนกไตเทียม						

ประวัติการแก้ไขเอกสาร

พิมพ์ / แก้ไข ครั้งที่	รายละเอียด	แก้ไขโดย	อนุมัติการแก้ไข	วัน เดือน ปี
1 / 0	ฉบับเริ่มต้น	00		



โรงพยาบาลคณะแพทยศาสตร์
มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

หมายเลขเอกสาร : MSUH-WI-ICC-003

สำเนาเลขที่ :

วิธีปฏิบัติงาน(Work Instruction)
เรื่อง:..การล้างมือ (Hand Washing)

จำนวนเนื้อหา : 1 ใน 5

1. วัตถุประสงค์

- 1.1 เพื่อขจัดสิ่งสกปรกและเชื้อโรคต่าง ๆ ออกจากเล็บ มือ และแขน
- 1.2 เพื่อป้องกันและควบคุมการแพร่กระจายเชื้อโรคโดยการสัมผัสด้วยมือ
- 1.3 เพื่อให้บุคลากรทางการแพทย์ทุกระดับที่เกี่ยวกับการรักษาพยาบาลล้างมือถูกต้อง

2. ขอบเขต

บุคลากรทุกคนที่ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลครอบคลุมถึงนักศึกษาฝึกงานที่ปฏิบัติงานในศูนย์บริการทางการแพทย์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

3. ผู้รับผิดชอบ

- 3.1 หัวหน้าหอผู้ป่วย/ หน่วยงานดูแลควบคุมให้มีอุปกรณ์ล้างมือ ที่ได้ตามมาตรฐานการป้องกันและควบคุมการติดเชื้อเพียงพอและสะดวกต่อการใช้งาน
- 3.2 พยาบาลควบคุมการติดเชื้อเผยแพร่ข้อมูล ให้ความรู้ เรื่องการล้างมือที่ถูกต้องและติดตามประเมินผลการปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ
- 3.3 บุคลากรทางการแพทย์ทุกระดับปฏิบัติตามวิธีปฏิบัติการณ์ล้างมืออย่างเคร่งครัด

4. นิยามศัพท์

1. การล้างมือแบบธรรมดา (Normal hand washing) เป็นการล้างมือเพื่อขจัดสิ่งสกปรกและเชื้อจุลินทรีย์ที่อยู่บนมือชั่วคราวออก โดยเลือกใช้วิธีนี้เมื่อ

- ให้การดูแลผู้ป่วยและไม่ได้มีการสัมผัสสารคัดหลั่งจากร่างกายของผู้ป่วย
- ก่อนให้การดูแลผู้ป่วยที่มีภูมิคุ้มกันต่ำ
- ก่อนและหลังสัมผัสผู้ป่วยแต่ละราย
- ก่อนหลังเตรียมยาให้ผู้ป่วย
- ก่อนป้อนอาหารให้ผู้ป่วย

2. การล้างมือด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อ Hygienic hand washing เป็นการล้างมือเมื่อต้องการขจัดเชื้อจุลินทรีย์ที่อยู่ชั่วคราวบนมือออก ซึ่งเชื้อจุลินทรีย์อาจเกิดจากการสัมผัสสารคัดหลั่ง จากร่างกายผู้ป่วย หรืออุปกรณ์เครื่องมือ เครื่องใช้ทางการแพทย์หรือสิ่งของเครื่องใช้ผู้ป่วยที่มีการปนเปื้อน โดยเลือกใช้วิธีนี้เมื่อ

- ให้การดูแลผู้ป่วยและมีการสัมผัสสารคัดหลั่งจากร่างกาย ของผู้ป่วย
- ก่อน และหลังสัมผัสดูแลผู้ป่วยที่เสี่ยงต่อการติดเชื้อสูงหรือผู้ป่วยที่มีการติดเชื้อรุนแรง
- เมื่อต้องสอดใส่อุปกรณ์ทางการแพทย์เข้าสู่ร่างกายผู้ป่วย เช่น การทำ Cutdown การสวน ปัสสาวะ เจาะเลือด การดูดเสมหะ การใส่สายยางให้อาหาร การทำแผล เป็นต้น



3. การล้างมือก่อนทำหัตถการปลอดเชื้อ Surgical hand washing เป็นการล้างมือเมื่อต้องการจัดเชื้อจุลชีพที่อยู่ชั่วคราวบนมือออก โดยเลือกใช้วิธีนี้เมื่อ ทำหัตถการ เช่น การผ่าตัด การทำคลอด

4. การล้างมือโดยไม่ใช้น้ำ Alcohol hand rub /waterless เป็นมาตรการเสริมสำหรับการล้างมือโดยสามารถจัดจุลชีพที่อยู่บนมือชั่วคราวออกได้และสามารถใช้แทนการล้างมือธรรมดา การล้างมือด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อและการล้างมือก่อนทำหัตถการปลอดเชื้อได้ โดยเลือกใช้วิธีนี้เมื่อ

- ต้องการล้างมือ โดยไม่มีการปนเปื้อนสิ่งสกปรกบนมือที่เห็นได้ชัดเจน
- การทำกิจกรรมที่ต่อเนื่อง
- ก่อนและหลังการดูแล สัมผัสผู้ป่วยแต่ละราย
- ก่อนและหลังการเตรียมยา / ฉีดยา , ให้สารน้ำ/เลือด , เจาะเลือด
- กรณีเร่งด่วน /อ่างล้างมืออยู่ไกล

5. วิธีปฏิบัติ

5.1 การเตรียมตัวก่อนล้างมือ

5.1.1 เล็บมือควรตัดให้สั้น เพราะถ้าเล็บยาวจะล้างสิ่งสกปรกและเชื้อโรคออกได้ยาก เพราะจะถูขอกเล็บกับฝ่ามืออีกข้างหนึ่งไม่ได้

5.1.2 ไม่ใส่เครื่องประดับทุกชนิดที่นิ้วและข้อมือ เพราะถ้าใส่จะทำให้ล้างมือได้ไม่สะอาดและไม่ทั่วถึง และยังเป็นแหล่งสะสมเชื้อโรค

5.2 อุปกรณ์ที่ใช้ล้างมือ

5.2.1 อ่างล้างมือตั้งในที่ล้างมือได้สะดวก อ่างแห้งและสะอาดอยู่เสมอ ไม่วางผ้าซับน้ำไว้รอบอ่าง และไม่เอาวัสดุห่อหุ้มหัวก๊อกน้ำ เนื่องจากจะเป็นแหล่งเก็บสะสมเชื้อโรคได้ ก๊อกน้ำใช้ชนิดที่สามารถปิด-เปิดได้ด้วยข้อศอก เช่น มีก้านยาว หรือปิด-เปิดโดยใช้เท้า

5.2.2 สบู่เหลวใสในขวด (ชนิดกด) เติมปริมาณพอใช้ 1-7 วัน เปลี่ยนภาชนะบรรจุทุก 7 วัน โดยให้

5.2.3 น้ำยาฆ่าเชื้อที่ใช้ล้างมือ เช่น 4%Chlorhexidinegluconate หรือ 7.5 % Iodophor หรือเป็นน้ำยาที่ทางโรงพยาบาลเลือกใช้

กรณีที่มีการแบ่งใช้หรือแบ่งบรรจุ ให้เขียนระบุวันที่เริ่มใช้และวันหมดอายุ ตามแต่ข้อมูลอ้างอิงของบริษัทผู้ผลิต และขวดที่จะเติมสบู่ต้องล้างทำความสะอาดอุปกรณ์และทำให้แห้งก่อนเติมทุกครั้ง

5.2.4 ผ้าเช็ดมือ/กระดาษใช้ครั้งเดียวใช้ในหอผู้ป่วย ห้องตรวจ ห้องที่ต้องทำหัตถการ,ห้องแยกผู้ป่วยติดเชื้อ เช็ดมือครั้งเดียวแล้วใส่ลงในภาชนะที่ เตรียมไว้โดยผ้าเช็ดมือที่จัดไว้ใช้ให้พับใส่ช่องใส่กระดาษ เพื่อการดึงใช้และป้องกันน้ำหยดจากมือลงผ้าทำให้เกิดการปนเปื้อนได้

5.3 การปฏิบัติขณะล้างมือ



วิธีปฏิบัติงาน(Work Instruction)
เรื่อง:..การล้างมือ (Hand Washing)

จำนวนเนื้อหา : 3 ใน 5

5.3.1 ขณะล้างมือควรยืนห่างจากอ่างล้างมือพอสมควร เพื่อป้องกันเสื้อผ้าและมือสัมผัสกับอ่างล้างมือ

5.3.2 เปิดน้ำราดมือทั้ง 2 ข้างถึงข้อมือ ให้น้ำไหลแรงพอประมาณ เพื่อป้องกันมิให้น้ำจากอ่างล้างมือกระเด็นมาถูกมือหรือเสื้อผ้า ระวังระวังมือหรือเสื้อผ้า สัมผัสกับด้านในของอ่างล้างมือเพราะถือว่าเป็นส่วนสกปรก

5.3.3 เลือกใช้สบู่เหลวฆ่าเชื้อล้างมือให้เหมาะสมกับประเภท และวัตถุประสงค์ในการล้างมือ โดยการล้างมือทั่วไปใช้สบู่ธรรมดา 2-3 ml (กดปั๊ม 1 ครั้ง) ถ้าเป็นการล้างมือก่อนปฏิบัติการพยาบาลที่ใช้เทคนิคปราศจากเชื้อและภายหลังสัมผัสผู้ป่วยหรือสิ่งปนเปื้อนเชื้อโรคใช้น้ำยาฆ่าเชื้อเช่น 4%Chlorhexidinegluconate หรือ 7.5 % Iodophor ปริมาณ 3- 5 ml (กดปั๊ม 1-2 ครั้ง)

5.3.4 ฟอกขจัดถูมือให้ทั่วทุกด้านของมือทั้ง 2 ข้างและฟอกขจัดถูอย่างแรงและเร็วโดยมีขั้นตอนใน การฟอกถูมือ 7 ขั้นตอนดังนี้
ขั้นตอนที่ 1 ฟอกฝ่ามือถูกัน
ขั้นตอนที่ 2 ฟอกฝ่ามือถูหลังมือและนิ้วถูซอกนิ้ว
ขั้นตอนที่ 3 ฟอกฝ่ามือถูฝ่ามือและนิ้วถูซอกนิ้วมือ
ขั้นตอนที่ 4 ฟอกนิ้วมือและมือด้านหลัง โดยทำมือลักษณะจับล็อกกันใช้ฝ่ามือถูหลังมือนิ้วมือและนิ้วมือ
ถูนิ้วมือ

ขั้นตอนที่ 5 ฟอกนิ้วหัวแม่มือ โดยมือข้างหนึ่งจับนิ้วหัวแม่มือหมุนไปมา
ขั้นตอนที่ 6 ฟอกปลายนิ้วมือและลายเส้นฝ่ามือโดยขย่มปลายนิ้วมือข้างหนึ่งถูวนไปมาบนฝ่ามืออีกข้าง
หนึ่ง

ขั้นตอนที่ 7 ฟอกข้อมือทั้ง 2 ข้าง
หมายเหตุ ฟอกมือสลับกันทั้ง 2 ข้างทุกขั้นตอน

รูปแสดงการล้างมือ 7 ขั้นตอน



5.3.5 ล้างมือและข้อมือด้วยน้ำที่ไหลผ่านตลอดทั้งมือ พร้อมขจัดให้ทั่วทุกด้าน



5.3.6 ระยะเวลาที่ใช้ในฟอกมือ มีความแตกต่างคือ

- การล้างมือธรรมดา (Normal hand washing) ฟอกมืออย่างน้อย 10 วินาที
- การล้างมือแบบ Hygienic hand washing ฟอกมืออย่างน้อย 30 วินาที
- การล้างมือแบบSurgical Hand washing ฟอกมืออย่างน้อย 3-5 นาที ให้ฟอกมือและแขนถึงข้อศอกทั้ง 2ข้างให้ทั่ว เน้นเล็บและซอกนิ้วใช้แปรงขัดเล็บในการล้างครั้งแรก ไม่ต้องใช้แปรงฟอกมือเนื่องจากการใช้แปรงแปรง มือทำให้ชั้น ผิวหนังถูกทำลายเป็นสาเหตุให้เชื้อโรคเกาะที่มือมากขึ้น
- การล้างมือแบบไม่ใช้น้ำ hand rub /waterless ฟอกมืออย่างน้อย 10 วินาที และใช้น้ำยา Glycerate waterless/ alcohol handrub ประมาณ 5 มล. (กดปั๊ม 2-3 ครั้ง) ถูมือสองข้างให้ทั่วจนน้ำยาแห้ง

5.3.7 หลังจากล้างสบู่ออกจากมือหมดแล้วให้ขู่มือขึ้นเหนือระดับข้อศอก เพื่อป้องกันน้ำไหลย้อนจากบริเวณสกปรกมาบริเวณสะอาด

5.3.8 ซับมือด้วยกระดาษหรือผ้าเช็ดมือที่แห้งสะอาดชนิดใช้ครั้งเดียว การซับมือซับจากปลายนิ้วมายังข้อมือ

5.3.9 ปิดก๊อกน้ำโดยไม่ให้มือสัมผัสก๊อกน้ำ อาจใช้ข้อศอกหรือผ้าเช็ดมือปิดก๊อกน้ำในกรณีก๊อกน้ำที่เป็นชนิดคันโยก หรือใช้เข่าในกรณีก๊อกน้ำที่เป็นชนิดเปิด-ปิดด้วยเข่า

5.3.10 ในการล้างมือให้คำนึงถึงหลัง 5 Moment เสมอ โดยมีหลักการล้างมือทุกครั้งเมื่อ

1. ก่อนสัมผัสผู้ป่วย
2. ก่อนทำหัตถการ
3. หลังสัมผัสผู้ป่วย
4. หลังสัมผัสสิ่งแวดล้อม รอบตัวผู้ป่วย
5. หลังสัมผัสสารคัดหลั่ง *

สิ่งที่ไม่ควรปฏิบัติ

ใช้น้ำยาทำลายเชื้อที่มีแอลกอฮอล์ถูมือ(Waterless) ในกรณีที่มือเปื้อนสิ่งสกปรก หรือ สารคัดหลั่งจากร่างกายที่มองเห็นได้ด้วยตาเปล่า (ต้องล้างมือโดยใช้น้ำ)

6. เกณฑ์การชี้วัด

- บุคลากรทางการแพทย์ทุกระดับที่เกี่ยวกับการรักษาพยาบาลล้างมือได้ถูกต้อง 80%
- อัตราการติดเชื้อในโรงพยาบาลลดลง



โรงพยาบาลคณะแพทยศาสตร์
มหาวิทยาลัยมหาสarakam

หมายเลขเอกสาร : MSUH-WI-ICC-003

สำเนาเลขที่ :

วิธีปฏิบัติงาน(Work Instruction)
เรื่อง...การล้างมือ (Hand Washing)

จำนวนเนื้อหา : 5 ใน 5

เอกสารแนบท้าย แบบประเมินผลการปฏิบัติ : การล้างมือ



แบบประเมินผลการปฏิบัติ : การล้างมือ
งานควบคุมและป้องกันการติดเชื้อ

หน่วยงาน..... วัน/เดือน/ปี.....

ผู้ปฏิบัติ แพทย์ พยาบาล ผู้ช่วยเหลือคนไข้ พนักงาน/เสมียน อื่นๆ.....

ชนิดการล้างมือ ล้างมือแบบใช้น้ำ ล้างมือแบบใช้ Alcohol handcrubs

เกณฑ์การประเมิน	รายชื่อ 1		รายชื่อ 2		รายชื่อ 3		รายชื่อ 4		รายชื่อ 5		รายชื่อ 6		รายชื่อ 7		รายชื่อ 8		รายชื่อ 9		รายชื่อ 10		
	ทำ	ไม่ทำ	ทำ	ไม่ทำ	ทำ	ไม่ทำ	ทำ	ไม่ทำ	ทำ	ไม่ทำ	ทำ	ไม่ทำ	ทำ	ไม่ทำ	ทำ	ไม่ทำ	ทำ	ไม่ทำ	ทำ	ไม่ทำ	
1. ล้างมือก่อนทำหัตถการ																					
2. ล้างมือหลังทำหัตถการ*																					
3. ล้างมือก่อนสัมผัสผู้ป่วย																					
4. ล้างมือหลังสัมผัสผู้ป่วย																					
5. ล้างมือหลังสัมผัสสิ่งแวดล้อม																					
6. ขั้นตอนการล้างมือ																					
6.1. ฟอกฝ่ามือ																					
6.2. ฟอกข้อมือด้านหน้า																					
6.3. ฟอกหลังมือและข้อมือ																					
6.4. ฟอกนิ้วข้อมือด้านหลัง																					
6.5. ฟอกนิ้วหัวแม่มือ																					
6.6. ฟอกปลายนิ้วมือ																					
6.7. ฟอกรอบข้อมือ																					
วันที่ประเมิน																					

หมายเหตุ ล้างมือหลังทำหัตถการ* ในกรณีของพนักงาน/เสมียน หมายถึง การเก็บขยะ การซักล้าง ชัดดูพื้น เป็นต้น

Form ประมวลผล 58 หน้า ICWI ประกาศใช้จากกรมกศพ ฉบับปรับปรุงผลการปฏิบัติ การล้างมือ ใช้ได้

7. เอกสารอ้างอิง

WWW. cdc.gov

รวิพรรณ บุญเยี่ยม.(2540). พฤติกรรมการล้างมือของพยาบาลวิชาชีพที่ปฏิบัติงานในหอผู้ป่วยหนัก

โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.

โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ สภากาชาดไทย. Universal Precaution. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ.

นิเวศรรดาการพิมพ์.2544.

วิลาวัลย์ พิเชียรเสถียร (2542). การพยาบาลด้านการควบคุมการติดเชื้อ เล่ม 1. พิมพ์ครั้งที่ 1 เชียงใหม่ :

คณะพยาบาลศาสตร์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่



แบบประเมินผลการปฏิบัติ : การล้างมือ

งานควบคุมและป้องกันการติดเชื้อ

หน่วยงาน..... วัน/เดือน/ปี.....

ผู้ปฏิบัติ ▪ แพทย์ ▪ พยาบาล ▪ ผู้ช่วยเภสัชกร ▪ พนักงาน/เสมียน ▪ อื่นๆ.....

ชนิดการล้างมือ ▪ ล้างมือแบบใช้น้ำ ▪ ล้างมือแบบใช้ Alcohol handrubs

เกณฑ์การประเมิน	รายชื่อ 1		รายชื่อ 2		รายชื่อ 3		รายชื่อ 4		รายชื่อ 5		รายชื่อ 6		รายชื่อ 7		รายชื่อ 8		รายชื่อ 9		รายชื่อ 10	
	ทำ	ไม่ทำ	ทำ	ไม่ทำ	ทำ	ไม่ทำ	ทำ	ไม่ทำ	ทำ	ไม่ทำ	ทำ	ไม่ทำ	ทำ	ไม่ทำ	ทำ	ไม่ทำ	ทำ	ไม่ทำ	ทำ	ไม่ทำ
1. ล้างมือก่อนทำหัตถการ																				
2. ล้างมือหลังทำหัตถการ*																				
3. ล้างมือก่อนสัมผัสผู้ป่วย																				
4. ล้างมือหลังสัมผัสผู้ป่วย																				
5. ล้างมือหลังสัมผัสสิ่งแวดล้อม																				
6. ขั้นตอนการล้างมือ																				
6.1. ฟอกฝ่ามือ																				
6.2. ฟอกข้อมือด้านหน้า																				
6.3. ฟอกหลังมือและข้อมือ																				
6.4. ฟอกนิ้วละข้อมือด้านหลัง																				
6.5. ฟอกนิ้วหัวแม่มือ																				
6.6. ฟอกปลายนิ้วมือ																				
6.7. ฟอกรอบข้อมือ																				
วันที่ประเมิน																				

หมายเหตุ ล้างมือหลังทำหัตถการ* ในกรณีของพนักงาน/เสมียน หมายถึง การเก็บขยะ การซักล้าง ขัดถูพื้น เป็นต้น