



真心關懷  
擁抱健康

成為在地民眾最信賴的健康促進醫院



全人醫療 優質專業 關懷弱勢 深入社區 健康促進 成為在地民眾最信賴的健康促進醫院

## 手部衛生：保護病人、避免感染

### 為什麼要洗手？

- ◎ 我們的手上會存在許多看不見的病菌，都可能經由雙手來傳播病菌！住院中病人因疾病關係，免疫力低，更需要被保護。所以在探病前應該先洗手以保護病人，並在接觸病人或周遭環境後進行洗手，以保護自己及家人。
- ◎ 我們在接觸病人前、後都要洗手，保持雙手的清潔，加強手部衛生，可以避免被感染。

### 什麼時候需要洗手？

- ◎ 家屬、訪客探病前、後。
- ◎ 醫生接觸病人或執行醫療行為前、後。
- ◎ 護理人員給藥、換藥、測量生命徵象前、後。
- ◎ 其他照護人員接觸病床或病人周遭環境、儀器後。

### 如何正確洗手？

- ◎ 約洗手七步驟：內、外、夾、弓、大、立、完。  
註：洗手方法及步驟，詳見背面圖示。
- ◎ 用肥皂或洗手液濕洗手時間約需要 40 ~ 60 秒。
- ◎ 用酒精性乾洗手液洗手時間約需要 20 ~ 30 秒。

洗手時間足夠且步驟正確才能真正把手洗乾淨。

continued

## 正確洗手步驟

### 正確洗手步驟



① 掌心對掌心，互相搓擦



② 右掌心在左手背上，手指交錯互相搓擦，然後兩手交替



③ 掌心對掌心，手指交錯，互相搓擦



④ 兩手指互握，旋轉按擦指背及掌心



⑤ 左掌心旋轉按擦右手拇指，然後兩手交替



⑥ 右手手指在左掌心中旋轉按擦，然後兩手交替



⑦ 用水沖淨

真心關懷  
擁抱健康

成為在地民眾最信賴的健康促進醫院

112.01 S-A5-001



新北市立聯合醫院關心您  
聯絡電話 (02) 2982 9111 分機 3200  
若有任何疑問，歡迎您與我們聯絡