



手部衛生 及 個人防護裝備之應用

衛生署衛生防護中心感染控制處



衛生署
Department of Health

內容

- 手部衛生
- 個人防護裝備的使用



手部衛生



手部衛生

- 手部衛生是**最簡單、有效**保護自己、保護別人、防止傳染病和多重耐藥性細菌傳播的方法
- 用梘液及清水洗手或用含70-80%酒精搓手液潔手，均可保持手部衛生



何時應潔手？

一般情況

- ✓ 打噴嚏或咳嗽後
- ✓ 如廁後
- ✓ 接觸受污染的物品或環境後
- ✓ 接觸摸眼、鼻、口或黏膜前
- ✓ 烹調、處理、分派食物和進食前



潔手的方法

梘液及清水

- 當手部有明顯污垢時或如廁後，應用梘液和清水洗手



酒精搓手液

- 如手部沒有明顯污垢時，可用酒精搓手液潔手



使用酒精搓手液的優點



酒精搓手液的優點



✿ 酒精搓手液比普通皂液及消毒皂液更為有效

不同潔手方法的成效



用細菌培養基的碟子以顯示及培養手部細菌的數量



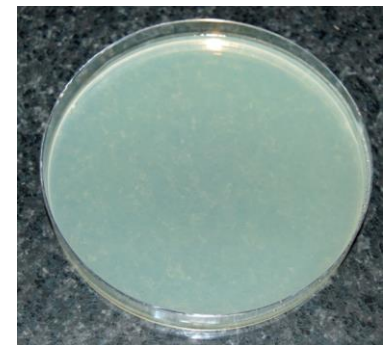
沒有做
手部衛生



只用清水洗手



用梘液洗手

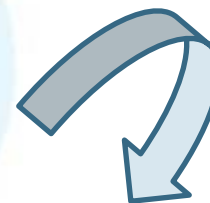


用酒精搓手液
潔手



酒精搓手液的優點

更省時



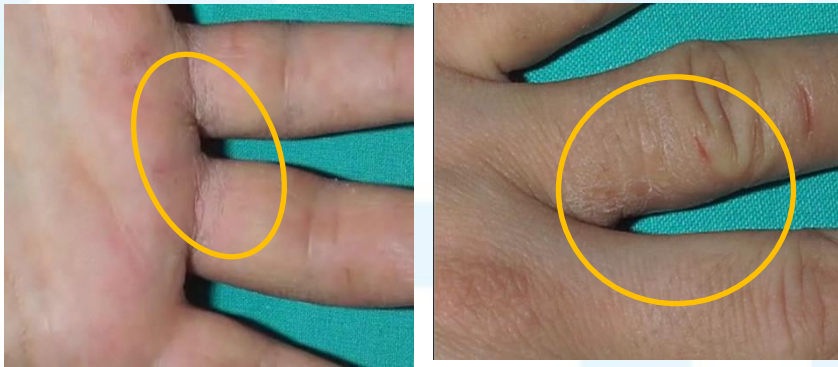
60 秒



20 秒



酒精搓手液



經常用水(尤其是熱水)和
梘液洗水，有機會
引起皮膚乾燥、爆裂或
炎症

配方 Formulation I

乙醇 Ethanol 80%v/v
甘油 Glycerol 1.45%v/v
雙氧水 H_2O_2 0.125%v/v

配方 Formulation II

異丙醇 Isopropyl alcohol 75% v/v
甘油 Glycerol 1.45%v/v
雙氧水 H_2O_2 0.125% v/v



甘油 Glycerol 1.45%v/v



手部衛生的第一步是



除去手上的飾物，
例如首飾和手錶

指甲不能過長
(< 0.5 厘米)

避免在指甲上貼上飾物 / 人造甲

如何潔手


 醫院管理局
HOSPITAL
AUTHORITY

潔手技巧

Hand Hygiene Technique

搓手20秒

Rub hands for 20 seconds

 衛生防護中心
Centre for Health Protection

 衛生防護中心網站
Centre for Health Protection Website
www.chp.gov.hk

政府物流服务署印


 衛生署
Department of Health

潔手示範片段

如何潔手

如何潔手

Made With
VivaVideo



潔手過程當中容易被遺漏的地方

後 Back



前 Palm



● 紅色：經常被忽略的部份

- ① 掌心 palm
- ② 指尖 fingertips
- ③ 指罅 finger webs

● 藍色：常會被忽略的部份

● 黃色：較小被忽略的部份



手部皮膚護理



個人防護裝備



個人防護裝備

- 為減低受感染或散播病原體的风险
- 適當的使用個人防護裝備可保障自己及別人的安全



選擇個人防護裝備的原則

- 根據疾病傳播的途徑
- 風險評估
 - 合理預計風險/危害
 - 工作性質
 - 工作環境



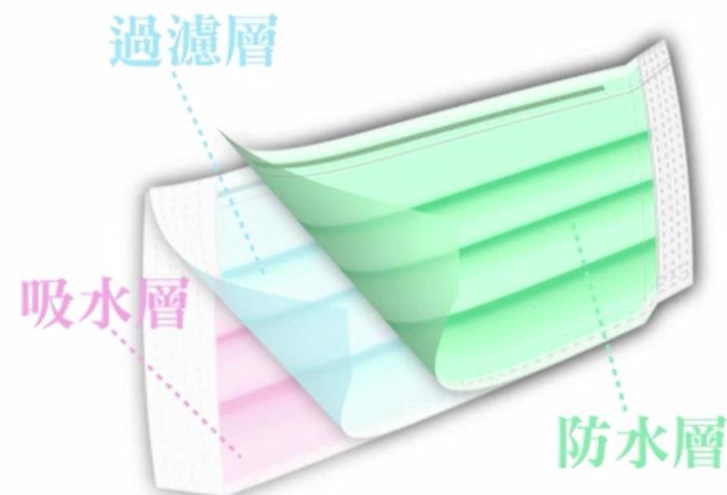
個人防護裝備 (外科口罩)



外科口罩

防止吸入飛沫微生物

- 選擇口罩建議：
 - 外層有防水效能
 - 中層有阻隔病菌效能
 - 內層有吸水效能



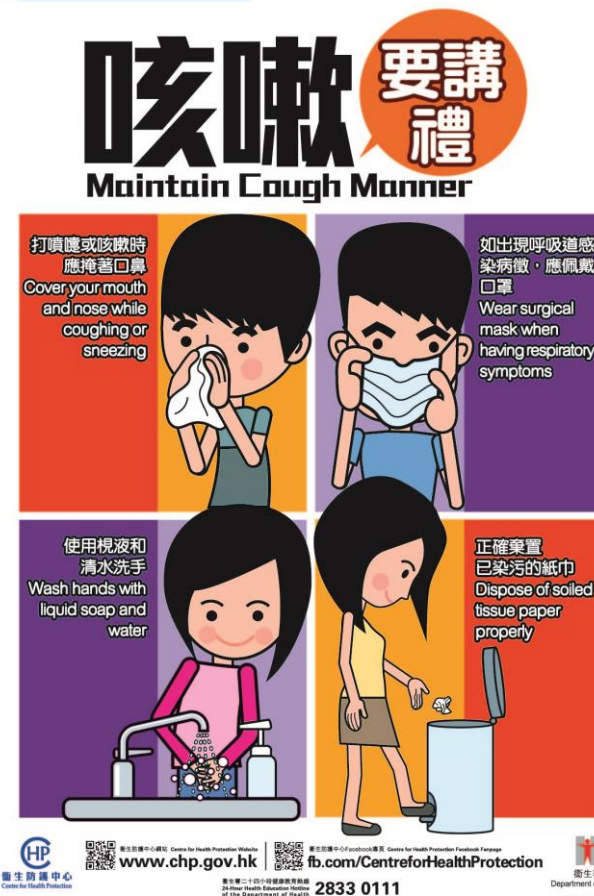
何時要戴外科口罩？

■ 保護他人

當你有呼吸道感染的徵狀
如流鼻水、咳嗽、打噴嚏
或發燒時

■ 保護自己

當你要照顧發燒或有
呼吸道感染徵狀的
病患者時



佩戴/卸除外科口罩示範片段



佩戴外科口罩的注意事項

- 選擇合適尺碼的口罩
- 戴妥口罩後，應避免再觸摸口罩
- 口罩如有破損或弄污，應立即更換
- 脫下口罩前後，必須潔手
- 脫下口罩時，應避免觸摸口罩表面
- 用過的口罩，不可重複使用，應棄置於有蓋垃圾桶內
- 不可與他人共用口罩



個人防護裝備

(眼罩/面罩、保護帽)



眼罩/面罩

當進行有機會被血液、體液、分泌物或排泄物飛濺的程序時，應戴上眼罩/面罩



- 眼鏡並不能代替眼罩
- 用後的眼罩/面罩，如非即棄，必須徹底清洗和消毒才可重用



保護帽

- 防止在護理程序時頭髮被血液、體液、分泌物污染



佩戴/卸除面罩和保護帽示範片段



個人防護裝備 (保護衣)



即棄保護衣

進行有機會被血液、體液、分泌物或排泄物等飛濺的程序時，按需要穿上合適的保護衣，保護皮膚和衣服

- 程序完成後或保護衣被污染時，應立刻脫除，然後潔手
- 除保護衣時要小心，以免皮膚或工作服受污染



穿著/卸除保護衣示範片段



個人防護裝備 (手套)



手套

當接觸血液、體液、分泌物、排泄物、傷口、黏膜及各污染物品時，均需戴上手套

- 手套如有破損或嚴重污染，應立即更換
- 即棄乳膠手套不應重覆使用
- 戴上手套後，便不應用手摸臉、眼睛、口鼻和周圍環境
- 一對手套不應用於多過一位的院友
- 完成程序後應立即脫掉手套及潔手

戴手套並不能代替潔手

佩戴/卸除手套示範片段



穿防護裝備 請跟次序
Donning PPE Step by Step

1  **潔手**
Perform Hand Hygiene

2  **戴口罩 / N95 口罩**
Put on Mask / N95 Respirator *
* 緊記密合性檢查
Remember to Perform Seal Check

3  **戴護眼罩 / 全面罩及帽**
Put on Eye Protection and Disposable Cap

4  **穿隔離衣**
Put on Gown

5  **戴手套**
Put on Gloves

注意：需視乎風險評估而選擇適當的防護裝備
N.B.: Selection of PPE should be based on risk assessment

衛生防護中心
Centre for Health Protection

- 穿衣區需備鏡子

出
OUT

除防護裝備
請跟次序
Removing PPE
Step by Step

- 1**  **除手套**
Remove Gloves
- 2**  **潔手**
Perform Hand Hygiene
- 3**  **除隔離衣**
Remove Gown
由內向外捲起
Folding Inside Out
- 4**  **潔手**
Perform Hand Hygiene
- 5**  **除帽及護眼罩/
全面罩**
Remove Disposable Cap
and Eye Protection
- 6**  **潔手 (選擇性)**
Perform Hand Hygiene
(Optional)
- 7**  **除口罩/
N95口罩**
Remove Mask /
N95 Respirator
- 8**  **再潔手**
Perform Hand Hygiene
AGAIN

注意： 請將卸除防護裝備棄置於有蓋廢物箱
N.B.: Disposable PPE should be properly
discarded in dustbin with lid

 醫院管理局
HOSPITAL
AUTHORITY

 衛生防護中心
Centre for Health Protection

- 動作勿太大，以免污染其他人或物品
- 避免多人同時進行卸除個人防護裝備
- 卸除裝備後，須徹底清潔雙手

卸除個人防護裝備的注意事項

- 在指定的卸除區域，按次序小心地慢慢卸除
- 過程中，應依從既定的次序進行潔手，或當雙手受到污染時，立刻進行手部衛生
- 如被大量濺出的血液或體液污染時，須立即更換個人防護裝備
- 使用後的即棄個人防護裝備應棄置於有蓋垃圾箱內
- 完成卸除裝備後，必須**徹底清潔雙手**



殘疾人士院舍預防傳染病指引

衛生防護中心
Centre for Health Protection

關於我們

健康資訊

指引

資源

健康統計數字

傳媒天地

其他

指引



主頁 > 指引 > 院舍及業界

市民

院舍及業界

給院舍的信

市民

醫護專業

院舍及學校

業界及工作場所



衛生署

院舍及業界



一般指引

- 舉辦健康檢查及疫苗注射活動注意事項 (175.64 KB)
- 使用噴射式飲水器的衛生建議 (107.45 KB)
- 正確使用口罩
- 正確潔手
- 漂白水的使用

院舍

- 安老院舍預防傳染病指引 (2019年1月修訂)
 - 全文 (5.04 MB)
 - 補充頁 (160.99 KB)
- 安老院舍潔手及感染控制影視教材
 - 短片 (113.33 KB)
- 殘疾人士院舍預防傳染病指引 (2019年1月修訂)
 - 全文 (1.49 MB)
- 其他



衛生署
Department of Health



衛生署
Department of Health



謝謝!



衛生署
Department of Health