



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی
شهید بهشتی
مرکز پزشکی، آموزشی، درمانی کودکان مفید

برخی از اقدامات پیشگیرانه شغلی برای پرستاران

تهیه و تنظیم: واحد آموزش دفتر پرستاری
مرکز پزشکی، آموزشی و درمانی کودکان مفید



🕒 آموزش تکنیک‌های مناسب برای بلند کردن اجسام و بیماران .

🕒 آگاهی از خطرات بهداشتی مربوط به نوبت کاری و تنظیم ساعت‌های کار و استراحت براساس الگوهای پیشنهادی استاندارد.

🕒 قرار گرفتن تکنیک‌های کاهش استرس و همچنین کار در موقعیت‌های تنها .

🕒 نصب و نگهداری سیستم‌های تهویه مناسب در محیط کار .

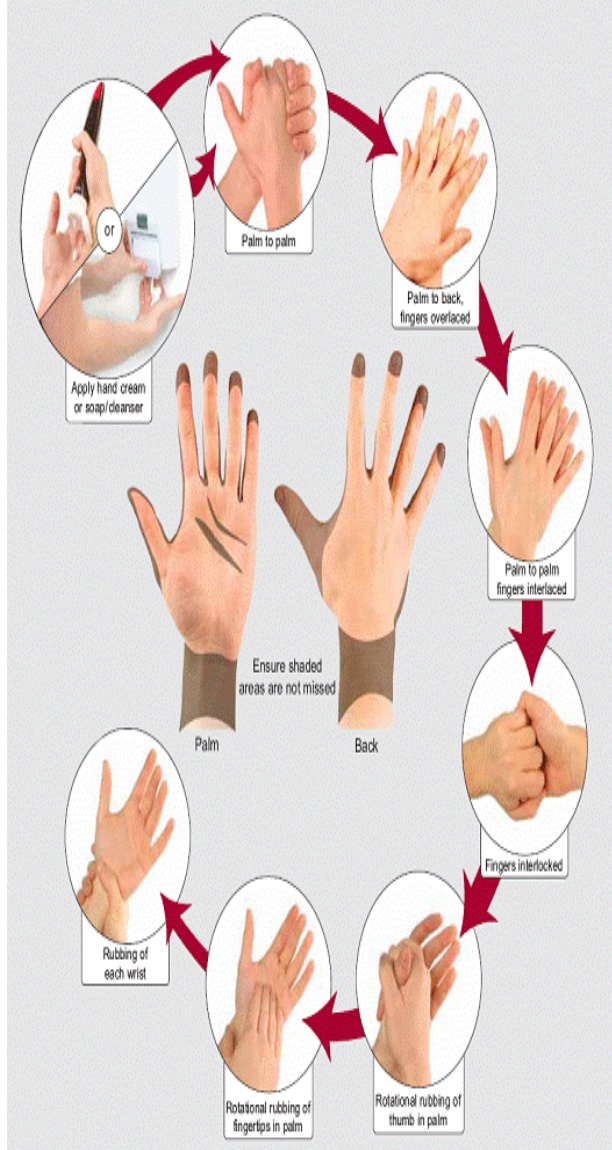
🕒 کنترل کلیه منابع و سطوح در معرض تابش اشعه‌های یونیزان توسط مسئول فیزیک بهداشت و استفاده دائم از دوزیمترهای فردی.

🕒 پرستارانی که در بخش‌های پزشکی هسته‌ای مشغول به فعالیت هستند و از بیماران که از داروهای رادیواکتیو و رادیو داروها استفاده می‌کنند، مراقبت می‌کنند بایستی دوره‌های آموزشی ایمنی و بهداشت پرتوها را فرا گرفته باشند.

Skin Care

Method for using hand cream, soap and cleanser

Follow the steps shown



🕒 شستشوی مرتب دست‌ها برای کاهش عفونت‌ها بسیار ضروری است. بنابراین استفاده از کرم‌های مرطوب کننده پوست برای جلوگیری از خشکی پوست الزامی است.

🕒 یادگیری تکنیک‌های مناسب برای جلوگیری از صدمات سرسوزن .

🕒 همیشه از تجهیزات حفاظتی فردی مناسب در حین کار استفاده کنید مانند استفاده از دستکش‌های لاتکس مناسب برای تمیز کردن و یا کار با مواد شیمیایی .

🕒 پوشیدن کفش مناسب و طبی برای راه رفتن و ایستادن در محیط کار .

🕒 رعایت اصول ارگونومی برای مواقعی که بایستی کار در یک موقعیت خاص مانند قرار گرفتن دست‌ها در وضعیت بالاتر از شانه‌ها قرار گیرد و یا انجام اعمال تکراری .