

長期照護你我他

照護人員

洗手

5

時機

2

執行  
清潔／無菌操作  
技術前

口腔護理、點眼藥水、分泌物抽吸、  
患處皮膚護理、換傷口敷料、  
放置鼻胃管、導尿管...等。

3

暴露  
體液風險後

點眼藥水、分泌物抽吸、  
清理尿液、糞便、嘔吐物、  
移除鼻胃管、導尿管...等。

1

接觸住民前

握手、輕撫手臂、協助住民移動、  
清洗、吃飯、穿衣、按摩、  
測量脈博血壓、物理治療、  
翻身...等。

4

接觸住民後

握手、輕撫手臂、協助住民移動、  
清洗、吃飯、穿衣、按摩、  
測量脈博血壓、物理治療、  
翻身...等。

5

接觸住民  
周遭環境後

更換床單、握住床欄、  
清理床旁桌。

濕洗手40~60秒

正確  
洗手步驟

乾洗手20~30秒



Step 1  
手沾濕並  
取用洗手液



Step 2  
內  
搓揉掌心



Step 3  
外  
兩手交替  
搓揉手背、指背



Step 4  
夾  
搓揉指間



Step 5  
弓  
兩手指互握旋轉  
搓揉指背、掌心



Step 6  
大  
兩手交替旋轉搓揉  
大拇指及虎口



Step 7  
立  
兩手交替以指尖  
於掌心旋轉搓揉



Step 8  
完  
清水沖乾淨



Step 9  
擦手紙擦乾



Step 1  
按壓取2-3ml  
乾洗手液



Step 2  
內  
搓揉掌心



Step 3  
外  
兩手交替  
搓揉手背、指背



Step 4  
夾  
搓揉指間



Step 5  
弓  
兩手指互握旋轉  
搓揉指背、掌心



Step 6  
大  
兩手交替旋轉搓揉  
大拇指及虎口



Step 7  
立  
兩手交替以指尖  
於掌心旋轉搓揉



Step 8  
完  
搓揉至乾不需  
再沖水或擦手紙



衛生福利部疾病管制署  
TAIWAN CDC



www.cdc.gov.tw



1922防疫達人  
www.facebook.com/TWCDC  
疫情通報及諮詢專線：1922



Taiwan CDC  
LINE@



社團法人台灣感染管制學會  
www.nics.org.tw

廣告