



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？

- 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。



參考資料 中國醫藥大學附設醫院網址

<https://www.cmuh.cmu.edu.tw/HealthEdus?type>