

**چک لیست تمرین نحوه شستشوی دست ها به روش طبی**

نام و نام خانوادگی								نحوه شستشوی دست ها به روش طبی								
																وسایل را آماده می کند ؟ ( صابون مایع - حوله یا دستمال کاغذی)
																در صورت داشتن انگشتر ، حلقه وساعت و... آن را بیرون می آورد؟
																آستین خود را تا 10 سانتی متر بالای مچ تا می کند؟
																در هنگام شستن دستها ، فاصله مناسب با سینک را رعایت می کند و مراقب است لباسش با آن تماس نداشته باشد؟
																شیر آب را باز کرده ، فشار و دمای آن را تنظیم می کند؟ ( دمای آب نباید زیاد سرد باشد و نه زیاد گرم)
																دست ها را از مچ تا نوک انگشتان زیر آب خیس می کند ؟ ( در حالی که دست ها پایین تر از آرنج قرار دارد)
																دست ها را صابون زده و با حرکات چرخشی کف دست، مچ ، پشت دست ، مفاصل ، ناخن ها، بین انگشتان را کاملاً بین 60 - 40 ثانیه می شوید و در صورت وجود حلقه در حین شست و شو ، آن را پایین و بالا می برد؟
																دستها را از نوک انگشتان تا مچ زیر جریان آب می شوید؟
																با حوله و یا دستمال کاغذی دستها را از نوک انگشتان به طرف مچ و ساعد و آرنج خشک می کند؟
																با دستمال کاغذی شیر آب را می بندد؟
																<b>روش اجرای پروسیجر به طور کلی چگونه است؟</b> ( خوب - متوسط - بد )

\*راهنما: (✓) کامل انجام می دهد (X) ناقص انجام می دهد (=) اصلاً انجام نمی دهد