

## نکاتی چند در خصوص جلوگیری از برق گرفتگی

- همیشه باید سیم های برق را برقدار فرض نمود.
- سیم های وسایل الکتریکی که از ولتاژ بالای ۲۴ ولت استفاده می کنند به دوشاخه ارت دارمتصل شوند.
- کلیه دستگاه های سیار با کلید و فیوز به شبکه وصل شود.
- هرگز از سیم ها بیش از حد توصیه شده بار کشیده نشود.
- سیم های رابط باید طوری بر روی زمین قرار گیرند که در مسیر حرکت رفت و آمد نباشد.
- سیم و کابل های کنار دیوار و گوشه ها باید در داخل داکت یا لوله قرار بگیرد.
- استفاده از سیم ها یا تجهیزات لخت و بدون روکش عایق ممنوع است .
- دو شاخه سیم ها باید بدون شکستگی و ترک خوردگی باشد. از اتصال سیمهای بدون دو شاخه به پریز جداً باید خودداری کرد در صورت مشاهده این گونه عیوب حتماً با واحد فنی تماس گرفته شود

## پیشگیری از برق گرفتگی به هنگام کار با دستگاه دفیبریلاتور ( شوک الکتریکی )

- مایعاتی مثل محلول سالین رینگر و خون رساناهای الکتریکی عالی هستند. جهت جلوگیری از ایجاد جریان های الکتریکی که بالقوه خطرناک هستند ، دفیبریلاتور و وسایل اطراف آن باید همیشه خشک و تمیز باشد.
- هرگز دفیبریلاتور را در محیط های قابل اشتعال ( داروهای بیهوشی ، اکسیژن با غلظت بالا و یا در محیطی که قوس های الکتریکی می تواند انفجار ایجاد نماید ) ، قرار ندهید. بهتراست برای جلوگیری از انفجار جریان اکسیژن را قطع کنیم
- هرگز به صفحه الکتروود یا لبه پدال ها دست نزنید ، عدم توجه باعث سوختگی الکتریکی شدید یا شوک الکتریکی می گردد.
- پیش از انجام دفیبریلاسیون مطمئن شوید که هیچ کس با بیمار یا هر نوع وسیله ای که با بیمار مرتبط است، تماس نداشته باشد.



کمک پرستاران با چه خطراتی در محیط کار مواجه هستند

کپسول های اکسیژن و خطرناک آنها از آن

### مراقبت های لازم به هنگام تماس با کپسول

#### اکسیژن

رفتار اکسیژن با هوا ، هوای فشرده ، نیتروژن و دیگر گازهای خنثی متفاوت می باشد. اکسیژن بسیار واکنش پذیر است. اکسیژن خالص که بصورت فشرده در سیلندر ذخیره می شود می تواند شدیداً با بعضی از مواد مانند روغن و گریس واکنش دهد.

تقریباً اکثر مواد شامل منسوجات ، لاستیکها و حتی فلزات در مجاورت با اکسیژن شدیداً مشتعل می شوند

تهیه کننده : ندا شیرخانلو—مسئول بهداشت حرفه ای مرکز آموزشی ، تحقیقاتی و درمانی قلب و عروق شهید رجایی

## عوامل موثر در ایجاد بیماری

### وناراحتی در محیط کار

- در هنگام گذاشتن و برداشتن ابزار تیز و برنده جراحی
- جلوگیری کردن از دست به دست کردن ابزارهای تیز و چاقوهای جراحی
- کارایستاده ، حرکات مکرر اندامها ، بلند کردن، هل دادن و شیدن بار و وضعیت نامناسب بدن و شیفت کاری و ....
- خستگی، کمر درد و هر نوع بیماری اسکلتی و عضلانی ناشی از نقل و انتقال بیماران سنگین
- استرسهای روانی ناشی از احساس مسئولیت سنگین در قبال بیماران
- استرس و ناراحتی روحی و روانی در تماس با افراد ناخوش و بیمار مخصوصاً با بیمارانی که از عمل جراحی بهبود نمی یابند
- نگرانی از سقوط بیماران از روی تخت
- استرس و نگرانی از ابتلا به بیماریهای عفونی

- تماس با مواد شیمیائی از جمله مواد ضد عفونی کننده و گندزداها
- و خطراتی که به دنبال استفاده غلط از کپسولهای تحت فشار مانند اکسیژن ، نیتروژن و ... وارد می شود .

### رعایت نکات زیر می تواند شما را از ابتلا

### به بسیاری از بیماریها دور نگه دارد

- استفاده از دستکش لاتکس به هنگام تماس با مواد عفونی مانند ملحفه و ..... ضروری می باشد.
- استفاده از لباس کار راحت که یک روز در میان شسته شود و در صورت مواجهه با مواد عفونی و آلوده به طور روزانه شسته شود.
- استفاده از ماسک های فیلتر دار دارای زغال فعال به هنگام تماس با مواد شوینده و ضد عفونی کننده.
- استفاده از عینک های ضد اسید و یا شیلد های تمام صورت به هنگام کار با مواد ضد عفونی کننده ضروری است.

• در صورت امکان سعی کنید آن ها را موقع برداشتن تکان ندهید تا عوامل عفونی در هوا به صورت آئروسول حرکت نکند.

• از تماس بدن و لباس های خود با آن ها اجتناب کنید.

• به هنگام جدا کردن ملحفه های آلوده دقت شود تیغ، سرسوزن و یا ابزار تیز و برنده در بین آنها نباشد و آسیبی به آنها وارد نگردد.

• در صورت تماس بدن با سوزن و یا ابزار تیز ، حتماً آن را به مسؤل واحد گزارش نمایند تا اقدامات لازم انجام گیرد

• عدم مخلوط چند نوع ماده ضد عفونی کننده و گندزداها (در صورت ترکیب این مواد با هم باعث تولید گازها و بخارات سمی و خطرناک می شود)