

ការពារខ្លួន ដោយ៖ ប្រើ ម៉ាស៊ីន និង ឧបករណ៍ការពារ ភ្នែក

Donning and Doffing cap, surgical mask, and eye
protection



បង្ហាញដោយ៖ លោក យឹម សុវណ្ណារ៉ា MHA BScN

ថ្ងៃទី១៨ ខែឧសភា ឆ្នាំ២០២៤

គោលបំណង

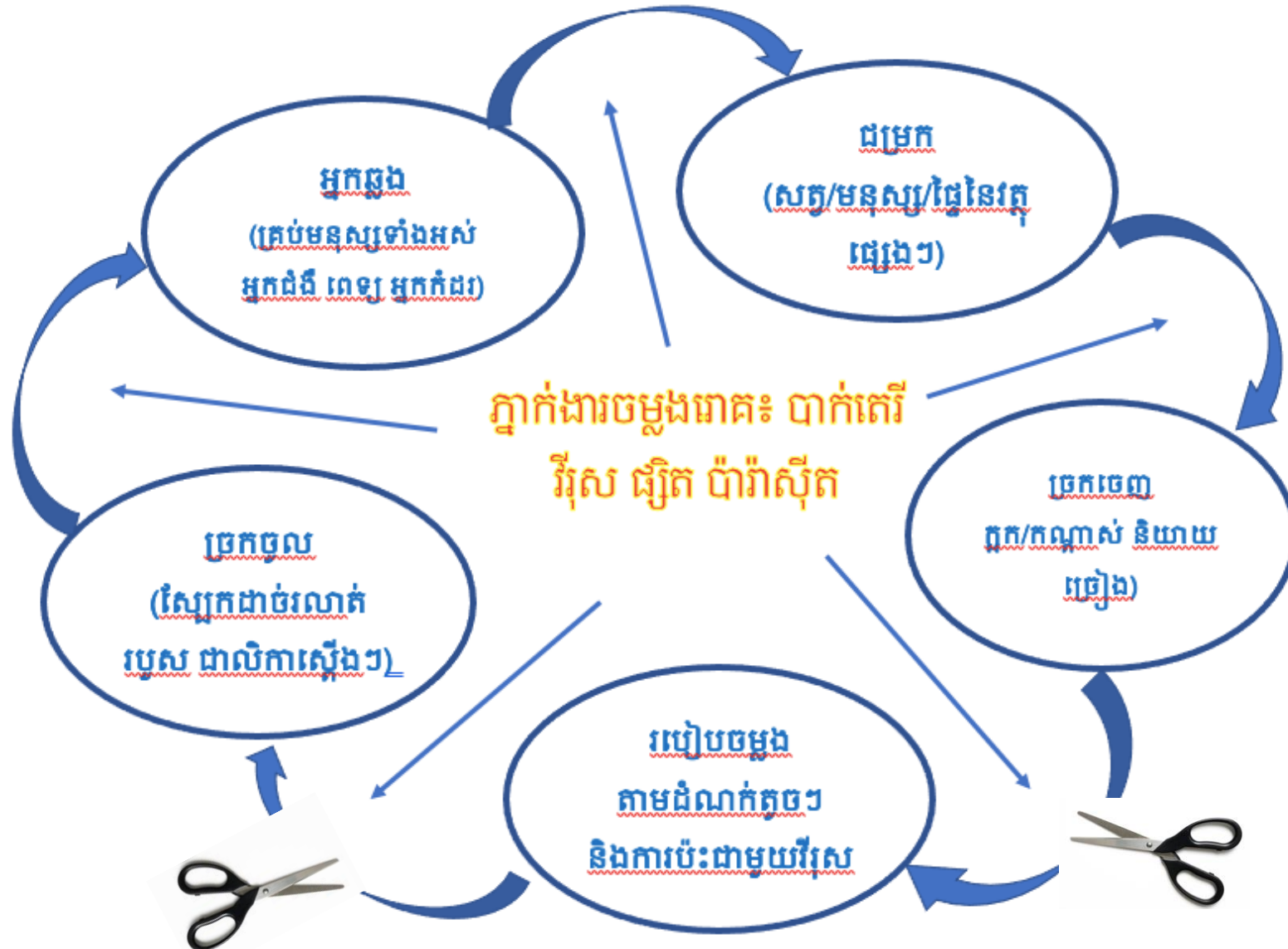
នៅចុងបញ្ចប់នៃមេរៀននេះនិស្សិតនឹងអាច៖

- រៀបរាប់ពីទស្សនៈទូទៅពីនៃការចម្លងរោគ
- ដឹងពីរបៀបនៃការកាត់ផ្តាច់ច្រវាក់នៃការចម្លងរោគ
- ស្គាល់ឧបករណ៍ការពារខ្លួនសំខាន់ៗមួយចំនួន
- ដឹងពីបច្ចេកទេសនៃការពាក់ និងដោះមួក ម៉ាស់ និងឧបករណ៍ការពារភ្នែក

ទស្សនៈទូទៅនៃការចម្លងរោគ



ការកាត់ផ្តាច់ប្រទាក់នៃការចម្លងរោគ



ការប្រុងប្រយ័ត្នជាស្តង់ដារ ★

ការប្រុងប្រយ័ត្នជាស្តង់ដារ មាន៧

1. អនាម័យដៃ (Hand hygiene)
2. ការប្រើឧបករណ៍ការពារខ្លួន (PPE) ដើម្បីចៀវវាងការប៉ះពាល់ផ្ទាល់ជាមួយសារធាតុសរីរាង្គរបស់អ្នកជំងឺ
3. ការចាត់ចែងឱ្យបានសមស្របនូវឧបករណ៍ថែទាំអ្នកជំងឺ និងកម្រាលដែលប្រឡាក់
4. ការសម្អាតបរិស្ថាន (Environmental Cleaning)
5. ការបង្ការរបួសដោយមុតម្ជុល/ វត្ថុមុតស្រួច
6. ការគ្រប់គ្រងសំណល់ពីសេវាថែទាំសុខភាព (HCWM)
7. ការការពារការចម្លងរោគតាមផ្លូវដង្ហើម (Respiratory hygiene and cough etiquette)

ការប្រុងប្រយ័ត្នជាស្តង់ដារ ★

ការប្រើ **ឧបករណ៍ការពារខ្លួន (PPE)** ដើម្បីចៀវវាងការប៉ះ
ពាល់ផ្ទាល់ជាមួយសារធាតុសរីរាង្គរបស់អ្នកជំងឺ

ឧបករណ៍ការពារខ្លួន

- ស្រោមដៃ
- ម៉ាស់វះកាត់
- ឧបករណ៍ការពារភ្នែក (កញ្ចាំងមុខ វ៉ែនតា)
- អាវបំពង់
- អាវអៀមមិនជ្រាបទឹក
- មួក ឬគម្របសក់
- ស្រោមគ្របលើស្បែកជើង
- ស្បែកជើងកម្រៃ



ପ୍ରତିରୋଧକାରୀ ମାସ୍କ



មួក ឬគម្របសក់

តួនាទីមួក ឬគម្របសក់

- ការការពារអ្នកជំងឺពីអង្កែកក្បាល ឬសក់ធ្លាក់លើរបួស ឬកន្លែងវះកាត់
- ការការពារខ្លួនអ្នកពីការខ្ចាតឈាម ឬសារធាតុសរីរាង្គប្រឡាក់



ម៉ាស់ (Masks)

ម៉ាស់វះកាត់ (Surgical mask)

- ការប្រុងប្រយ័ត្នចំពោះ**មេរោគឆ្លងតាមដំណក់តូចៗ**
- ការប្រុងប្រយ័ត្នលើហានិភ័យនៃការខ្លៀត ចូលច្រមុះ/មាត់



ម៉ាស់ Respirator (N95)

- ការប្រុងប្រយ័ត្នចំពោះ**មេរោគឆ្លងតាមខ្យល់**
- សកម្មភាពទាំងឡាយណាដែលអាចបង្កើតជាភាគល្អិតតូចៗឆ្លងតាមខ្យល់(Aerosol generating activities)ដូចជា intubation



ឧបករណ៍ការពារភ្នែក (ក្បាលមុខ ថែនា)

វ៉ែនតា/របាំងការពារមុខ (Goggles/Face shield)

- ការប្រុងប្រយ័ត្នចំពោះមេរោគឆ្លងតាមដំណក់តូចៗ

- ការពារភ្នែកពីដំណក់តូចៗ និងការខ្លៀតសារធាតុសរីរាង្គ





HOW TO WEAR A SURGICAL MASK



WASH YOUR HANDS
BEFORE
WEARING A MASK



ENSURE THE PROPER
SIDE OF THE MASK
FACES OUTWARDS



LOCATE THE METALLIC
STRIP AND PLACE IT
ON THE NOSE BRIDGE



SECURE THE STRINGS
BEHIND YOUR HEAD
OR OVER YOUR EARS



COVER MOUTH
AND NOSE FULLY MAKING
SURE THERE ARE NO GAPS



PRESS THE METALLIC
STRIP TO FIT THE SHAPE
OF THE NOSE



REMOVE THE MASK
FROM BEHIND BY
HOLDING THE STRINGS
WITH CLEAN HANDS



DISPOSE THE MASK IN
A CLOSED BIN WITHOUT
TOUCHING THE FRONT



SURGICAL MASK
PLACED CORRECTLY



DO NOT TOUCH THE MASK
WHILE USING IT,
IF YOU DO
WASH YOUR HANDS



REPLACE THE MASK
IF IT GETS DAMP
AND DO NOT REUSE IT

HOW TO GUIDE - PUTTING ON PPE FOR CONTACT/DROPLET PRECAUTIONS

1 Perform hand hygiene

Alcohol based handrub
Rub hands for 20–30 seconds.
or
Water and soap
Wash hands for 40–60 seconds.



2 Put on the gown



3 Put on the mask

Medical mask.



4 Put on eye protection

Put on face shield or goggles.



5 Put on gloves

Ensure glove is placed over the cuff of the gown.



Full PPE



HOW TO GUIDE - TAKING OFF PPE FOR CONTACT/DROPLET PRECAUTIONS

Ensure that infectious waste containers are available for safe disposal of PPE. Separate containers should be available for reusable items.

Order is important

1 Remove gloves



2 Remove the gown

Ensure gown is pulled away from the body during removal and that clothing does not become contaminated and dispose of them safely.



3 Perform hand hygiene

Alcohol based handrub

Rub hands for 20–30 seconds.

or

Water and soap

Wash hands for 40–60 seconds.



4 Remove eye protection

Remove face shield or goggles.



5 Remove the mask

Ensure you are taking the mask off from the straps, avoid touching the mask.



6 Perform hand hygiene

Alcohol based handrub

Rub hands for 20–30 seconds.

or

Water and soap

Wash hands for 40–60 seconds.



ଝିନିବଦ୍ଧେଷୁ

- <https://www.youtube.com/watch?v=bqw5cflexgA>

ନୃପକଳ୍ପନା!