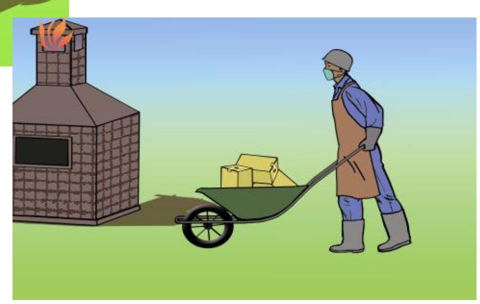
በጤና ድርጅቶች የሚተላለፉ በሽታዎችን መከላከል

የአሰልጣኞች መመሪያ

በጤና ድርጅት የሚሰሩ ድጋፍ ሰጭ ሰራተኞች ለማሰልጠን የተዘጋጀ



ታህሳስ 2004

ማውጫ

ማውጫ 2

ምስጋና 3

መግቢያ 4

የስልጠናው ፕሮግራም 5

የተሳታፊዎች ትውውቅና የሥልጠናው ዓላማ 6

ክፍል አንድ፡ በጤና ድርጅቶች ውስጥ የሚዛመቱ በሽታዎችና የሰራተኞች ደህንነት 8

ክፍል ሁለት፡ የእጅ ንጽህና አጠባበቅ 10

ክፍል ሶስት፡ የሰውነት መከላከያ መሳሪያዎችና አጠቃቀማቸው 12

ክፍል አራት፡ የቤት አያያዝ፤ ቤት በሚጸዳበት እና በልብሶች እጥበት ጊዜ መደረግ ያለባቸው ጥንቃቄዎች 14

ክፍል አምስት፡ በመርፌና ሌሎች ስለታም መሳሪያዎች የመወጋት አደጋ ሲያጋጥም መወሰድ ያለበት እርምጃ 20

ክፍል ስድስት፡ የምግብ አያያዝና አዘገጃጀት 21

ክፍል ሰባት፡ የሰው ሃይል ፍሰት እና የሥራ ክንውን 25

ክፍል ስምንት፡ ከጤና ድርጅቶች የሚወጡ ቆሻሻዎች አወጋገድና መደረግ ያለባቸው ጥንቃቄዎች 28

ምስጋና

AIDSTAR-One Ethiopia በዚህ የስልጠና መመሪያ ዝግጅት ላይ የተሳተፉ አካላትን በተለይም በፌደራል ጤና ጥበቃ ሚኒስተር የ Infection Prevention and Patient Safety Task force አባላትን ላደረጉት የላቀ አስተዋጽኦ ማመስገን ይፈልጋል፡፡

ሌ ሞንድ ሄልዝ ኤንድ ደቨሎፕምንት ኮነሰልታንሲ ሃላፊነቱ የተወሰነ የግል ድርጅት በስለጠና መመሪያው ዝግጅትና በመመሪያው ቅድመ ሙከራ ላደረረው አስተዋጽኦ **AIDSTAR-One Ethiopia** ማመስገን ይፈልጋል፡፡

በመጨረሻም በዋናው መስሪያቤትና በመስክ ስራ ያሉ የ**AIDSTAR-One Ethiopia** ሰራተኞች ላደረጉት ያልተቆጠበ ድጋፍ የስልጠና መመሪያው አዘጋጆች ከፍ ያለ ምስጋናቸውን ያቀርባሉ፡፡

ታህሳስ 2003

መግቢያ

ይህ ስልጠና መመሪያ በጤና ድርጅቶች የሚተላለፉ በሽታዎችን ለመከላከል በጤና ድርጅት የሚሰሩ ድጋፍ ሰጭ ሰራተኞች አስፈላጊውን እውቀትና ችሎታ እንዲጨብጡ ለማስቻል የተዘጋጀ ነው፡፡ ይህን ስለጠና ከወሰዱ በኋላ በጤና ድርጅት የሚሰሩ ድጋፍ ሰጭ ሰራተኞች አስፈላጊ የበሽታ መከላከል እርምጃዎችን በጤና ድርጅታቸው ውስጥ እንዲተገብሩ ይጠበቃል፡፡

የሥልጠናው ይዘት

ይህ የአንድ ቀን ተኩል ሥልጠና በጤና ድርጅት የሚሰሩ ድጋፍ ሰጭ ሰራተኞች አስፈላጊውን እውቀትና ችሎታ እንዲቀስሙ እንዲያስችል ተደርጎ የተዘጋጀ ነው፡፡ በዚህ የሥልጠና መመሪያ የሚገኝ እያንዳንዱ ክፍለ ጊዜ የሚከተሉትን ይዟል፡፡ እነርሱም፡- የክፍለጊዜው ዓላማዎች፣ የሚያስፈልጉ ቁሳቁሶች (መርጃ መሳሪያዎች)፣ የሚያስፈልገው ጊዜ፣ ቅድሚያ ሊደረጉ የሚገቡ ዝግጅቶች እንዲሁም ዝርዝር ተግባራት ናቸው፡፡.

የስለጠናው ዘዴ

ይህ ስልጠና ተቀባይነት ያለውን የአዋቂዎች ትምህርት አሰጣጥ ዘዴ ተከትሎ የሚሰጥ ነው፡፡ በዚህም ሰልጣኖች ባላቸው እውቀት ላይ ተመስርቶ እውቀትና ችሎታቸውን እንዲዳብሩ ያደረጋል፡፡ የስልጠናው ርዕሶችም የሰልጣኞችን ልምድ መሰረት ያደረጉ እንዲሆኑ ተሞክሯል፡፡ በዚህም መሰረት በዚህ መመሪያ የሚከተሉት የስልጠና ዘዴዎች ተካተዋል፡፡ እነርሱም፡- ሰርቶ ማሳየት፣ የተግባር ልምምድ፣ የሥራ ላይ ጉብኝት፣ ውይይት እና ገላጻ ናቸው፡፡ የልምድ ልውውጥ ማድረግና የእያንዳንዱን ተሳታፊ ልምድና ሃሰብ ማክበር የስልጠናው ዋና መሰረት ነው፡፡

የስልጠና መርጃ መሳሪያዎች

በስለጠና ወቅት በጤና ድርጅቱ ውስጥ የሚጠቀሙባቸውን የሰውነት መከላከያ መሳሪያዎችና ሌሎችም የበሽታ መከላከያ ቁሳቁሶች ጥቅም ላይ እንዲውሉ ይደረጋሉ፡፡ በስልጠናው አዳራሽ ውስጥ ስለ በሽታ መከላከያ ዘዴ የሚያሳዩ የተለያዩ ሥዕላዊ መግለጫዎች ተለጥፈው ተሳታፊዎች በስልጠናው ጊዜ ሁሉ እንዲመለከቷቸው ይደረጋል፡፡ በመጨረሻም ለእያንዳንዱ ሰልጣኝ የመርጃ ጹሑፎች ይሰጣሉ፡፡

የስልጠና ቦታ

ይህ ሥልጠና የሚሰጠው ሰልጣኞች በሚሰሩበት የጤና ድርጅት ውስጥ ይሆናል፡፡ ይህም ሰራተኞቹ የተግባር ልምምድ እንዲያደርጉና እስካሁን ያላቸውን ልምድ በቅርበት እያዩ እንዲማሩ ያስችላል፡፡ በአንድ ሥልጠና ከ 15-20 ተሳታፊዎች ብቻ እንዲሳተፉ ሲጠበቅ በተመሳሳይ የጤና ድርጅት የሚሰሩ ሁለት አሰልጣኞች/አመቻቾች ስልጠናውን እንዲሰጡ ይደረጋል፡፡

የስልጠናው ፕሮግራም

የሁለት ቀን ተኩል የስልጠና ፕሮግራም

ክፈለ ጊዜ	ርዕስ	የሚያስፈልገው ጊዜ
ቀን 1		
	መግቢያ እና የስልጠናው ዓላማ	30 ደቂቃ
ክፍል አንድ	በጤና ድርጅቶች ውስጥ የሚዛመቱ በሽታዎችና የሰራተኞች ደህንነት	60 ደቂቃ
ክፍል ሁለት	የእጅ ንጽህና አጠባበቅ	120 ደቂቃ
ክፍል ሶስት	የሰውነት መከላከያ መሳሪያዎችና አጠቃቀማቸው	120 ደቂቃ
ክፍል አራት	የቤት አያያዝ፤ ቤት በሚጸዳበት እና በልብሶች እጥበት ጊዜ መደረግ ያለባቸው ጥንቃቄዎች	60 ደቂቃ
	የውሎ ማጠቃለያ	15 ደቂቃ
ቀን 2		
	የውሎ ክለሳ	10 ደቂቃ
ክፍል አምስት	በመርፌና ሌሎች ስለታም መሳሪያዎች የመወጋት አደጋ ሲያጋጥም መወሰድ ያለበት እርምጃ	30 ደቂቃ
ክፍል ስድስት	የምግብ አያያዝና አዘገጃጀት	60 ደቂቃ
ክፍል ሰባት	የሰው ሃይል ፍሰት እና የሥራ ክንውን	30 ደቂቃ
ክፍል ስምንት	ከጤና ድርጅቶች የሚወጡ ቆሻዎች አወጋገድና መደረግ ያለባቸው ጥንቃቄዎች	180 ደቂቃ
	የስልጠና መዝጊያ ስነ ስርዓት	30 ደቂቃ

የተሳታፊዎች ትውውቅና የሥልጠናው ዓላማ

የክፈለ ጊዜው ዓላማዎች

ከዚህ ክፍለ ጊዜ በኋላ ሰልጣኞች፡-

- እርስ በእርስ ይተዋወቃሉ
- የሥልጠናውን ዓላማ ይገነዘባሉ

በአጠቃላይ የሚወስደው ጊዜ: 30 ደቂቃ

የሚያስፈልጉ ቁሳቁሶች

- የፊሊፕ ቻርት መስቀያ፣ፊሊፕ ቻርት ወረቀት፣ ማርከር፣ የወረቀት ፕላስተር፣ ካረድ
- የስልጠናው ፕሮግራም

ቅድሚያ ዝግጅት

- የመክፈቻ ንግግር የሚያደረጉ የጤና ድርጅቱ ሃላፊን መጋበዝ
- ለሰልጣኞችና አመቻቾች የስም መጻፊያና ሌሎችንም ቁሳቁሶች አዘጋጅ
- የስለጠናውን ፕሮግራምና መርጃ ጹሑፎች በበቂ መጠን አዘጋጅ
- የስለጠናውን አላማ በፊሊፕ ቻርት ላይ ጻፍ

ዝርዝር ተግባራት

እንኳን ደህና መጣችውና የመግቢያ ንግግር (5 ደቂቃ)

1. ተሳታፊዎችን እንኳን ደህና መጣችሁ በማለት ለስለጠናው በመምጣታቸው አመስግን/ኚ፡፡ አንተን/ችን፣ ሌሎች አመቻቾችና እንግዶችን አስተዋውቅ/ቂ፡፡
2. የጤና ድርጅቱ ሃላፊ ሥልጠናውን በይፋ እነዲከፍቱ ጋብዝ/ዥ፡፡

የተሳታፊዎችና አሰልጣኞች ትውውቅ (15 ደቂቃ)

1. በሥልጠናው ወቅት አብረን ስለምንቆይ በቅድሚያ መተዋወቅ አስፈላጊ እንደሆነ ለተሳታፊዎች ግለጽ/ጭ፡፡
2. ጠሳታፊዎች እየተነሱ ስማቸውንና የስራ ድርሻቸውን እንዲያተዋውቁ አድርግ/ጊ፡፡
3. ከትውውቁ በኋላ ለተሳታፊዎች ካርድ በመስጠት ስማቸውን በካርዱ ላይ እንዲጽፉና ካርዱን በማጠፍ ፊት ለፊታቸው ጠረጴዛ ላይ እንዲስቀምጡ ወይም ደረታቸው ላይ እንዲለጥፉ አድርግ/ጊ፡፡

የስልጠና ደንቦችን ማውጣት (5 ደቂቃ)

1. በሥለጠናው ወቅት አብረን በምንቆይባቸው ጊዜ የሚያገለግል መተዳዳሪያ የሚሆን ደንብ ማዘጋጀት ጠቃሚ መሆኑን ለሰልጣኞች ግለጽ/ጭ፡፡
2. ተሳታፊዎች ሰልጠናውን በትክክል ለማካሄድ አስፈላጊ ነው የሚሉትን ደንቦች እንዲናገሩ ጠይቅ/ቂ፡፡
3. ተሳታፊዎች የሚናገሩትን በፈሊፐ ቻርት ላይ ጻፍ/ፊ፡፡
4. በተሳታፊዎች የተዘረዘሩ ደንቦች በሙሉ ከተጻፉ በኋላ ፈሊፐ ቻርቱን ለሁሉም በሚታይ ግድግዳ ላይ ለጥፍ/ፊ፡፡
5. ለውሎ ክለሳ፣ ሰአት ተቆጣጣሪና ማነቃቂያ የሚያስተባብሩ ሰዎችን ከተሳታፊዎች አስመርጥ/ጭ፡፡

የስልጠናው አላማዎች (5 ደቂቃ)

1. **በፍሊፐ ቻርት ላይ የተዘጋጀውን የስልጠናው ዓላማ አቅርብ/ቢ፡፡**

የስልጠናው ዓላማዎች

አጠቃላይ ዓላማ

የዚህ ሥልጠና ዋና ዓላማ በጤና ድርጅት የሚሰሩ ድጋፍ ሰጭ ሰራተኞች በበሽታ መከላከል ዙሪያ አስፈላጊውን እውቀት፣ አመለካከትና ችሎታ እንዲጨብጡ በማድረግ በጤና ድርጅቶች የሚተላለፉ በሽታዎችን ለመከላከል በሚደረገው ርብርብ የራሳቸውን አስተዋጽኦ እንዲያበረከቱ ማስቻል ነው፡፡

ዝርዝር ዓላማዎች

ከዚህ ሥልጠና ጊዜ በኋላ ሰልጣኞች፡-

- በጤና ድርጅቶች ውስጥ ስለሚተላለፉ በሽታዎች ግንዛቤ ይኖራቸዋል
- በጤና ደርጅት ውስጥ በስራ ወቅት ለተላላፊ በሽታ የሚያጋልጡ ሁኔታዎችን ይለያሉ
- የእጅ ንጽህናን ጠቀሜታን በመረዳት ትክክለኛ የእጅ አስተጣጠብን ይተገብራሉ
- የሰውነት መካላከያ መሳሪያዎችን በትክክል መጠቀም ይችላሉ
- ቤት በሚጸዳበትና በልብሶች እጥበት ጊዜ መደረግ ያለባቸውን ጥንቃቄዎች ይረዳሉ
- በመርፌና ሌሎች ስለታም መሳሪያዎች የመወጋት አደጋ ሲያጋጥማቸው ምን ማድረግ እንዳለባቸው ይረዳሉ
- ትክክለኛ የቆሻሻ አወጋገድ ስርዓትን መተግበር ይችላሉ

ክፍል አንድ፡ በጤና ድርጅቶች ውስጥ የሚዛመቱ በሽታዎችና የሰራተኞች ደህንነት

ዓላማዎች

ከዚህ ክፍለ ጊዜ በኋላ ሰልጣኞች፡-

- በጤና ድርጅቶች ውስጥ ስለሚተላለፉ በሽታዎች ግንዛቤ ይኖራቸዋል
- በጤና ደርጅት ውስጥ በስራ ወቅት ለተላላፊ በሽታ የሚያጋልጡ ሁኔታዎችን ይለያሉ

የሚጨርሰው አጠቃላይ ጊዜ: 60 ደቂቃ

የሚያስፈልጉ ቁሳቁሶች

- የፊሊፐ ቻርት መስቀያ
- ፊሊፐ ቻርት ወረቀትና ማርከር
- የወረቀት ፕላስተር
- "+" እና "–" የተጻፈባቸው ወረቀቶች (ከወረቀቶቹ መካከል 25% "+" እና 75% "–" መሆን አለበት)

ቅድሚያ ዝግጅት

- መርጃ ጹሑፍ 1 ን ፊሊፐ ቻርት ላይ መጻፍ
- ቅድሚያ በማንበብ ተዘጋጅ

ዝርዝር ተግባራት

1. የሚቀጥሉትን ጥያቄዎች በመጠየቅ ውይይት አካሂድ/ጂ (አንድ ጥያቄ በአንድ ጊዜ ጠይቅ/ቂ)፡፡
   - በጤና ድርጅት ውስጥ የሚተላለፉ በሽታዎች አሉን?
   - በጤና ድርጅት ውስጥ የሚተላለፉ ምን ምን በሽታዎች ታውቃላችሁ?
   - በጤና ድርጅት ውስጥ በሚተላለፉ በሽታዎች ተጋላጭ እነማን ናቸው?

2. ተሳታፊዎች አስተያት እንዲሰጡ በማድረግ ውይይት አካሂድ/ጂ፡፡

3. "+" እና "–" የተጻፈባቸውን ወረቀቶችን እንደ እጣ በመጠቅለል ተሳታፊዎች እያዳንቸው አንድ ወረቀት እንዲወስዱ አድርግ/ጊ፡፡ ተሳታፊዎች ወረቀቱን ከፍተው እንደያዩ ተናገር/ሪ፡፡

4. ተሳታፊዎች በስልጠናው አዳራሽ ውስጥ በመዘዋወር የፈለጉት 3 ተሳታፊዎች ሰላም እንዲሉ (እንዲጨባበጡ) አድርግ/ጊ፡፡

5. እያዳንዱ ሰው 3 ሰዎችን ሰላም ካለ (ከጨበጠ) በኋላ እያንዳንዱ ተሳታፊ ወረቀቱን ከፍቶ እንዲያይ አድርግ/ጊ፡፡

6. ከዚያም "+" የተጻፈባቸው ወረቀቶችን የያዙ ሰዎች ወደ ፊት እንዲመጡ አድርግ/ጊ፡፡ "+" ያለባቸው ወረቀቶች በሽታ የያዛቸው ሰዎችን እንደሚወክሉ እንዲሁም "–" ያለባቸው ሰዎች ጤነኛ ሰዎችን እንደሚወክሉ አስረዳ/ጂ፡፡

7. በመቀጠል "+" የተጻፈባቸው ወረቀቶችን የያዙ ሰዎችን ሰላም ያሉ ተሳታፊዎች ወደፊት እንዲመጡ አድርግ/ጊ፡፡

8. እንደገና አሁን ወደፊት የመጡትን ሰዎችን የጨበጡ ተሳታፊዎች ወደፊት እንዲመጡ አድርግ/ጊ፡፡

9. ሰላምታው የደም ወይም ሌሎች የሰውነት ፈሳሾች ንክኪ፣ እነዚህ ሰዎች የተጠቀሙበትን መሳሪያ በጋራ መጠቀም ወዘተ ... እንደሚያክል በማስረዳት የሚከተሉትን ጥያቄ ጠይቅ/ቂ፡፡

   - መጀመሪያ በበሽታ የተያዙ ስንት ሰዎች ነበሩ?
   - ስንት ሰዎች ለበሽታ ተጋላጭ ሆኑ?

- ይህ ከእናንት ስራና የበሽታ ተጋላጭነት ጋር እንዴት ይያያዛል?

10. ከዚህ ልምምድ እንደተረዳነው በጤና ድርጅት የሚሰሩ ሰራተኞች አስፈላጊዉን ጥንቃቄ ካልተደረጉ ለተላላፊ በሽታ ተጋላጭነታቸው ከፍተኛ እንደሆነ አብራራላቸው/ሪላቸው፡፡

11. ውይይ ት ከተካሄደ በኋላ መርጃ ጸሑፍ 1ን በመጠቀም ማጠቃለያ ስጥ/ጭ፡፡

መርጃ ጸሑፍ 1፡ በጤና ድርጅቶች ውስጥ ሥለሚዛመቱ በሽታዎችና የሰረተኞች ደህንነት
በጤና ድርጅት ውስጥ የሚተላለፉ በሽታዎች በየአመቱ ለበርካታ ሰዎች ህመምና ሞት መንስዔ ናቸው፡፡ በተለይም ኤች.አይ.ቪ ኤድስ፣ ሄፓታይትስ ቢ እና ሄፓታይትስ ሲ የተባሉት ለሞት የሚያበቁ በሽታዎች ዋና ዋናዎቹ ናቸው፡፡ ሁሉም አካላት በጤና ድርጅት ውስጥ ለሚተላለፉ በሽታዎች ተጋላጭ ናቸው፡፡ እነርሱም
ሀ. በጤና ድርጅት ውስጥ የሚሰሩ ሰራተኞች (የጤና ባለሙያና ሌሎች ሰራተኞች)፡፡ ለምሳሌ፡- • በተበከለ መርፌፌና በሌሎች ስለታም መሳሪያዎች • ከደምና ከሌሎች ፈሳሾች ጋር በሚያጋጥም ንክኪ
ለ. የጤና ድርጅት ተገልጋዮች (በሽተኞችና ሌሎች ደንበኞች) ለምሳሌ፡- • በተበከለ መርፌፌና በሌሎች ስለታም መሳሪያዎች • የጤና ባለሙያዎች እጃቸውን በአግባቡ ሳይታጠቡ አገልግሎት ሲሰጡ
ሐ. አጠቃላይ ማህበረሰቡ ለምሳሌ፡- • በአግባቡ ባልተወገደ የጤና ድርጅት ቆሻሻ
በመሆኑም በጤና ድርጅት ውስጥ የበሽታዎች መተላለፍ ሂደትን ለመከላከል ትክክለኛ የበሽታ መከላከያና ቁጥጥር ስርዓት በጤና ድርጅት ውስጥ መኖር አለበት፡፡ በተለይም የጤና ድርጅት ሰራተኞች ከዚህ በታች የተዘረዘሩትን የመከላከያ መንገዶች በመጠቀም በሽታዎች እንዳይዛመቱ ማድረግ ይጠበቅባቸዋል፡፡

ክፍል ሁለት፡ የእጅ ንጽህና አጠባበቅ

ዓላማዎች

ከዚህ ክፍለ ጊዜ በኋላ ሰልጣኞች፡-

- የእጅ ንጽህናን ጠቀሜታ ማብራራት ይችላሉ
- እጆችን መቸ መታጠብ እንዳለባቸው ይገነዘባሉ
- ትክክለኛ የእጅ አስተጣጠብን መተግበር ይችላሉ

የሚጨርሰው አጠቃላይ ጊዜ: 120 ደቂቃ

የሚያስፈልጉ ቁሳቁሶች

- የፊሊፕ ቻርት መስቀያ
- ፊሊፕ ቻርት ወረቀትና ማርከር
- የወረቀት ፕላስተር
- የእጅ መታጠቢያ ሳፋና ጆግ
- ውሃ
- ሳሙና
- አንቲሴፕቲክ (Antiseptic)
- የእጅ አስተጣጠብን የሚያሳይ ፖስተር
- ቃሪያ

ቅድሚያ ዝግጅት

- መርጃ ጹሑፍ 2 ን ፊሊፕ ቻርት ላይ መጻፍ
- ለተግባር ልምምድ የሚያፈልጉ ከላይ የተጠቀሱትን ቁሳቁሶች አዘጋጅ
- ቅድሚያ በማንበብ ተዘጋጅ

ዝርዝር ተግባራት

1. ተሳፊዎች ከጎናቸው ካለ ሰው ጋር በሚከተሉት ጥያቄዎች ዙሪያ ውይይት እንዲያካሂዱ አድርግ/ጊ፡፡ ለ አምስት ደቂቃ እንዲወያዩ አድርግ/ጊ፡፡
    - የእጅ ንጽህናን መጠበቅ ምን ጥቅም አለው?
    - እጃችሁን መቼ መቼ ትታጠባላችሁ?

2. ከተወያዩ በኋላ ሃሳባቸውን ለሌሎች እንዲያካፍሉ በማድረግ ውይይት እንዲካሄድ አድርግ /ጊ፡፡

3. ከዚህ ቀጥሎ ትክክለኛውን የእጅ አስተጣጠብ ዘዴ ልመምድ እንደሚያደርጉ ንገር/ሪ፡፡

4. ከዚያ በፊት ግን ከተሳታፊዎች መካከል ፈቃደኛ የሆኑ 2 ተሳታፊዎች እስከዛሬ እጃቸውን እንዴት እንደሚታጠቡ እንዲያሳዩ ጋብዝ/ዢ፡፡

5. ተሳታፊዎች በተመለከቱት የእጅ አስተጣጠብ ላይ አስተያየት እንሰጡ አድርግ/ጊ፡፡

6. ትክክለኛ የእጅ አስተጣጠብን የሚያሳየውን ፖስተር በማሳየትና ውሃና ሳሙና በመጠቀም ትክክለኛውን የእጅ አስተጣጠብ አሳያቸው፡፡

7. ሁሉም ተሳታፊዎች እየተነሱ እጃቸውን በመታጠብ እንዲለማመዱ አድረግ/ጊ፡፡

8. ተሳታፊዎች ጥያቄ ካላቸው እንዲጠይቁ በማድግ መልስ ስጥ/ጭ፡፡

9. በመቀጠል አንድ ፈቃደኛ ተሳታፊ ወደ ፊት እንዲመጣ በማድረግና ቃሪያ በመስጠት ቃሪያውን ቆርጦ በእጁ/ጇ ላይ እንዲቀባ አድርግ/ጊ፡፡

10. በቃሪያ የተቀባውን እጅ በመላስ እንዲቀምስ ጠይቅ/ቂ፡፡ የቃሪያው ጣእም እንደተሰማው/ማት ጠይቅ ቂ፡፡

11. አሁን ደግሞ ውሃ ብቻ በመስጠት እንዲታጠብና የታጠበውን እጁን/ጇን በመላስ እንዲቀምስ ጠይቅ/ቂ፡፡ የቃሪያው ጣእም እንደተሰማው/ማት ጠይቅ ቂ፡፡

12. እንደገና ውሃና ሳሙና በመስጠት እንዲታጠብና የታጠበውን እጁን በመላስ እንዲቀምስ ጠይቅ/ቂ፡፡ የቃሪያው ጣእም እንደተሰማው/ማት ጠይቅ ቂ፡፡

13. በውሃ ብቻ ሲጣጠብ የቃሪያ ጣእም አይለቅም በሳሙና ጭምር ሲታጠብ ግን ይለቃል፡፡ የቃሪያው ጣእም በአይን የማይታዩ በሽታ አምጭ ህዋሳትን እንደሚወክልና በውሃ ብቻ መታጠብ የበሽታ አምጭ ህዋሳትን እንደማያስወግድ ከዚህ ልምድ መቅሰም እንደምንችል አስረዳቸው፡፡

14. ውይይ ት በማካሄድና መርጃ ጸሑፍ 2ን በመጠቀም ማጠቃለያ ስጥ/ጭ፡፡

መርጃ ጹሑፍ 2፡ ሥለ የእጅ ንጽኅና ቁልፍ መልዕክቶች

የእጅ ንጽህና አስተማማኝ የበሽታ መከላከያ ዘዴ ነው፡፡ ማንኛውም በጤና ድርጅት የሚሰራ ሰራተኛ የእጆቹን ንጽህና በአግባቡ መጠበቅ አለበት ይህም ተላላፊ በሽታ ወደ ከበሽተኛው ወደ ሰራተኛው ወይም ከሰራተኛው ወደ በሽተኛው እንዳይተላለፍ ይረዳል፡፡

የጤና ደርጅት ሰራተኛ እጁን/እጇን በውሃና በሳሙና በሚከተሉት ጊዜያት መታጠብ አለበት/አለባት፡፡

- ስራ ከመጀመራችንና ከጨረስን በኋላ
- የቆሸሹ እቃዎችንና መሳሪያዎችን ከነካን
- ለተለያ ከሰውነት የሚወጡ ፈሳሾች ከተጋለጥን
- ጓንት ከማድረጋችን በፊትና ጓንቱን ካወጣን በኋላ
- እጃችን ከቆሸሸ
- አፍንጫችን ከነካን
- ምግብ ከማቀረባችንና ከመመገባችን በፊት
- መጸዳጃ ቤት ከተጠቀምን በኋላ

ክፍል ሶስት፡ የሰውነት መከላከያ መሳሪያዎችና አጠቃቀማቸው

ዓላማዎች

ከዚህ ክፍለ ጊዜ በኋላ ሰልጣኞች፡-

- የሰውነት መካላከያ መሳሪያዎችን ይለያሉ
- የሰውነት መካላከያ መሳሪያዎችን ጥቅም ይረዳሉ
- የሰውነት መካላከያ መሳሪያዎችን አጠቃቀም ይለማመዳሉ
- የሰውነት መካላከያ መሳሪያዎችን መቼ መቼ መጠቀም እናዳለባቸው ይረዳሉ

የሚጨርሰው አጠቃላይ ጊዜ: 120 ደቂቃ

የሚያስፈልጉ ቁሳቁሶች

- የፊሊፕ ቻርት መስቀያ
- ፊሊፕ ቻርት ወረቀትና ማርከር
- የወረቀት ፕላስተር
- የሰውነት መከላከያ መሳሪያዎች (ጠንካራ የእጅ ጓንት፣ ማስክ/የአፍ መሸፈኛ፣ ከፕላስቲክ የተሰራ ሸርጥ፣ የአይን መነጽር፣ የቦት ጫማ እንዲሁም ሌሎች በየጤና ድርጅቱ ውስጥ የሚገኙ መሳሪያዎች)

ቅድሚያ ዝግጅት

- መርጃ ጹሑፍ 3 ን ፊሊፕ ቻርት ላይ መጻፍ
- ለተግባር ልምምድ የሚያፈልጉ ከላይ የተጠቀሱትን ቁሳቁሶች አዘጋጅ
- ቅድሚያ በማንበብ ተዘጋጅ

ዝርዝር ተግባራት

1. የሚቀጥሉትን ጥያቄዎች በመጠየቅ ውይይት አካሂድ/ጂ (አንድ ጥያቄ በአንድ ጊዜ ጠይቅ/ቂ)፡፡
    - ምን አይነት የሰውነት መከላከያ መሳሪያዎችን ታውቃላችሁ?
    - የሰውነት መከላከያ መሳሪያዎችን መቼ መቼ ትጠቀማላችሁ (የትኞቹን መሳሪያዎች መቼ ትጠቀማላችሁ)?
2. ተሳታፊዎች አስተያት እንዲሰጡ በማድረግ ውይይት አካሂድ/ጂ፡፡
3. በጤና ድርጅቱ የሚገኙ የሰውነት መከላከያ መሳሪያዎችን አጠቃቀም አንድ በአንድ በመልበስ/በማድረግ አጠቃቀሙን አሳያቸው፡፡
4. መቼና የት እንዚህን መሳሪያዎች መጠቀም እንዳለባቸው ግለጽላቸው/ግለጭላቸው፡፡ (መረጃመርጃ ጹሑፍ 3ን ተጠቀም/ሚ)፡፡
5. ታሳታፊዎች እያዳንዱን የሰውነት መከላከያ መሳሪያ አለባበስና አጠቃቀም እንዲለማመዱ አድርግ/ጊ፡፡
6. ተሳታፊዎች ጥያቄ ካላቸው እንዲጠይቁ በማድረግ መልስ ስጥ/ጭ፡፡
7. እስከአሁን ሲያደረጉት በነበረው የሰውነት መከላከያ መሳሪያዎች አጠቃቀምና አሁን ባዩት አጠቃቀም ላይ ተመስረተው ውይይ ት እንዲያካሂዱ በማድረግ ማጠቃለያ ስጥ/ጭ፡፡

መርጃ ጽሑፍ 3፡ የሰውነት መከላከያ መሳሪያዎችና አጠቃቀማቸው

የሰውነት መከላከያ መሳሪያዎች በአይን የማይታዩ የበሽታ አምጭ ህዋሶች ከበሽተኛው ወደ ሰራተኛው ወይንም ከሰራተኛው ወደ በሽተኛው እንዳይተላለፉ ይረዳሉ፡፡ ዋና ዋና የሰውነት መከላከያ መሳሪያዎች የሚከተሉት ናቸው፡፤

የሰውነት መከላከያ መሳሪያዎች አይነት	የሚሰጠው ጥቅም	የምንጠቀምበት ጊዜ
የቦት ጫማ	ስለታም ነገሮችና ደምና ሌሎች የሰውነት ፈሳሾች እግራችን ላይ እንዳያርፉ ያደርጋል	• ደምና ሌሎች የሰውነት ፈሳሾች ንክኪ ሊኖር ሲችል • ቆሻሻ ስናጓጉዝና ስናስወግድ
የአይን መነጸር	በድንገት አይን ላይ ሊረጩ የሚችሉ ፈሳሽ ነገሮችን ይከላከላል	• ደምና ሌሎች የሰውነት ፈሳሾች የመረጨት አጋጣሚ ሊኖር ሲችል • ልብስ ስናጥብ
ከፕላስቲክ የተሰራ ሽርጥ	ደምና ሌሎች የሰውነት ፈሳሾች እንዳይረጩብን ያደርጋል	• ደምና ሌሎች የሰውነት ፈሳሾች የመረጨት አጋጣሚ ሊኖር ሲችል • ልብስ ስናጥብ
ማስክ/የአፍ መሸፈኛ	የመተንፈሻ አካላት በሽታዎችን ይከላከልልናል	• የመተንፈሻ አካላት በሽታዎች የያዟቸው በሽተኞች ክፍል አካባቢ ስንሰራ
ጠንካራ የእጅ ጓንት	ማንኛውንም የእጅ መቆረጥና በመርፌ መወጋትን ይከላከላል፡፡	• ቆሻሻ በምናጓጉዝበትና በምናስወግድበት ጊዜ • ልብስ በምናጥብበት ጊዜ

የሰውነት መከላከያ መሳሪያዎች አያያዝ

- የተጠቀምነውን የሰውነት መከላከያ መሳሪያ በየቀኑ ማጽዳት አስፈላጊ ነው
- የሰውነት መከላከያ መሳሪያዎች መደረግ ያለባቸው በስራ ቦታ ብቻ ነው
- የሰውነት መከላከያ መሳሪያዎች ወደ ቤትና ሻይ ቤቶች መውሰድ ተገቢ አይደለም

ክፍል አራት፡ የቤት አያያዝ፤ ቤት በሚጸዳበት እና በልብሶች እጥበት ጊዜ መደረግ ያለባቸው ጥንቃቄዎች

ዓላማዎች

ከዚህ ክፍል ጊዜ በኋላ ሰልጣኞች፡-

- ቤት በሚጸዳበትና በልብሶች እጥበት ጊዜ መደረግ ያለባቸውን ጥንቃቄዎች ይረዳሉ
- ቤት በሚጸዳበትና በልብሶች እጥበት ጊዜ የትኞቹን የሰውነት መካላከያ መሳሪያዎችን መጠቀም እንዳለባቸው ይለያሉ
- ለማጽጃነት የምንጠቀምባቸው ፀረ - ብክለት ኬሚካሎች እንዴት ማዘጋጀት እንደምንችል ይረዳሉ
- በዝቅተኛ እና በከፍተኛ ደረጃ ለብክለት የተጋለጡ ቦታዎች መቼ እና እንዴት ማጽዳት እንደሚቻል ይለያሉ
- የደም ወይም ሌሎች የሰውነት ፈሳሽ ፈንጣቂዎችን እንዴት እንደሚጸዳ ይረዳሉ

የሚጨርሰው አጠቃላይ ጊዜ: 60 ደቂቃ

የሚያስፈልጉ ቁሳቁሶች

- የፈሊፕ ቻርት መስቀያ
- ፈሊፕ ቻርት ወረቀትና ማርከር
- የወረቀት ፕላስተር
- ክሎሪን
- ውሃ
- የልብስ ማጠቢያ ሳፋ

ቅድሚያ ዝግጅት

- መርጃ ጹሑፍ 4 ን ፈሊፕ ቻርት ላይ መጻፍ
- ቅድሚያ በማንበብ ተዘጋጅ

ዝርዝር ተግባራት

1. የሚቀጥሉትን ጥያቄዎች በመጠየቅ ውይይት አካሂድ/ጂ (አንድ ጥያቄ በአንድ ጊዜ ጠይቅ/ቂ)፡፡
    - ቤት በምታጸዱበት ጊዜ ምን አይነት ጥንቃቄ ታደርጋላችሁ?
    - ልብስ በምታጥቡበት ጊዜ ምን አይነት ጥንቃቄ ታደርጋላችሁ?
    - ቤት በምታጸዱበትና ልብስ በምታጥቡበት ጊዜ ምን አይነት የሰውነት መከላከያ መሳሪያዎችን ታደርጋላችሁ?
2. ተሳታፊዎች አስተያየት እንዲሰጡ በማድረግ ውይይት አካሂድ/ጂ፡፡
3. መርጃ ጹሑፍ 4ን በመጠቀም ቤት በሚጸዳበትና ልብስ በሚታጠብበት ጊዜ ምን ምን ጥንቃቄና የሰውነት መከላከያ መሳሪያዎችን መጠቀም እንዳለባቸው አብራራ/ሪ፡፡
4. ታሳታፊዎች እያዳንዱን የሰውነት መከላከያ መሳሪያ አለባበስና አጠቃቀም አስታውሳቸው/ሻቸው፡፡
5. ክሎሪን በመጠቀም እንዴት የቤት ማጽጃ እና የልብስ ማጠቢያ ፈሳሽ ማዘጋጀት እንደሚቻል አሳያቸው፡፡ (በጤና ድርጅቱ የሚገኘውን የክሎሪን አይነት ተጠቀም/ሚ)፡፡

6. በዝቅተኛ እና በከፍተኛ ደረጃ ለብክለት የተጋለጡ ቦታዎች እንዲሁም የደም ወይም ሌሎች የሰውነት ፈሳሽ ፈንጣቂዎችን መቼ እና እንዴት ማጽዳት እንደሚቻል አብራራላቸው/ሪላቸው፡፡

7. ተሳታፊዎች ጥያቄ ካላቸው እንዲጠይቁ በማድግ መልስ ስጥ/ጭ፡፡

መርጃ ጽሑፍ 4፡ ቤት በሚጸዳበት ጊዜና በልብሶች እጥበት ጊዜ መደረግ ያለባቸው ጥንቃቄዎች

1. **የቤት አያያዝ**

የማጽጃ ኬሚካሎች አመራረጥ እና አዘገጃጀት

- **አመራረጥ**

የተለያዩ ዓይነት የማጽጃ ኬሚካሎች በገበያ ላይ ይገኛሉ፡፡

እነዚህም

- ✓ የተለያየ ዓይነት ደረቅ፣ ዱቄት እና ፈሳሽ ሳሙናዎች፣
- ✓ ፀረ ብክለት ኬሚካሎች (በረኪና)
- ✓ የሁለቱ ድብልቅ (ሳሙና ?“ በረኪና)

<u>የማጽጃ ፈሳሾች አዘጃጀት</u>

- በመጀመሪያ 0.5% በረኪና ማዘጋጀት፣
  ለምሳሌ፡-አንድ እጅ ባለ 5% ያልተበረዘ በረኪና ላይ ዘጠኝ እጅ ውሃ በመጨመር 0.5% በረኪና ማዘጋጀት እንችላለን፡፡
- በተዘጋጀው በረኪና ውስጥ በቂ መጠን ያለው ሳሙና በመጨመር አረፋ ያለው የማጽጃ ፈሳሽ ማዘጋጀት ይቻላል።

<u>ክሎሪን ያላቸው ፀረ ብክለት ኬሚካሎች ከሚከተሉት ፈሳሾች ጋር መደባለቅ የለባቸውም</u>

- አሲድ
  ለምሳሌ ፎስፀሪክ አሲድ ከናይትaጅን ጋዝ eg. አሞንያ ክሎራይድ
- እነዚህን ኬሚካሎች በሚያዘጋጁበት ወቅት በደንብ አየር በሚያገኝ ክፍል ውስጥ መሆን ይገባል፡፡
- በሚያዘጋጁበትም ወቅት ችግሩ ከተፈጠረ ክፍሉን ከፈት በማድረግ ቶሎ ክፍሉን ጥሎ መውጣት ያስፈልጋል፡፡

<u>የጽዳት ዘዴዎች</u>

<u>መወልወል</u> -

ይህ የጽዳት ዘዴ በጣም የተለመደ እና ወለሎችን ለማጽዳት ተመራጭነት ያለው ዘዴ ነው፡፡

በተለያየ መንገድ ይዘጋጃል፡፡

- አንድ ባልዲ (መዘፍዘፊያ) የመጠቀም ዘዴ
  - ይህን ዘዴ በምንጠቀምበት ወቅት የማጽጃ ፈሳሹን በየጊዜው መቀየር ይገባናል
- ሁለት ባልዲ (መዘፍዘፊያ) የመጠቀም ዘዴ
  - ይህም ዘዴ አንድ ባልዲ የማጽጃ ፈሳሽ ያለው ሲሆን ሁለተኛው ውሃ ብቻ ይኖረዋል፡፡
  - መወልወያውን በንፁህ ውሃ ከተነከረ በኋላ ተጨምቆ ወደማጽጃው ባልዲ ይገባል ይህም የማጽጃውን ፈሳሽ የአገልግሎት ጊዜ ያራዝማል፡፡
- ሦስት ባልዲ (መዘፍዘፊያ) የመጠቀም ዘዴ
  - የበለጠ የማጽጃውን ፈሳሽ የአገልግሎት ጊዜ ያራዝማል

<u>በመድፋት የማጽዳት ሂደት (Flooding)</u>

- ይህ ዘዴ ደምና የሰውነት ፈሳሽ በከፍተኛ ሁኔታ ለሚፈስበት ክፍል (የቀዶ ጥገና እና የማዋለጃ ክፍል) ማጽጃነት ያገለግላል፡፡

<u>በማራገፍ የማጽዳት ዘዴ (ደስቲንግ)</u>

- ይህ ጠረጴዛዎችን፣ ግድግደዎችን፣ ኮሪንስን፣ መስኮት እና በር ለማጽዳት ያገለግላል፡፡
- ለጽዳት የተቀደዱ ጨርቆችን ወይም ፎጣዎችን አንጠቀማለን
- ጨርቁን በማጽጃው ፈሳሽ በመንከር እና በመßSp ጠረጴዛዎችን እና ሊሎች አካባቢዎችን ማስዳት ይቻላል
- በምናጸዳበት ወቅት የተነሳንበትን ቦታ ምልክት ማድረግ ይገባናል፡፡

<u>የማጽጃ ማሽን Dry Vacuuming</u>

- ይህ ዘዴ በኤሌክትሪክ ኃይል የሚሰራ ሲሆን አየርን በመጠቀም አባራንና የመሳሰሉትን ወደ ውስጥ በመምጠጥ የማጽዳት

ዘዴ ነው

- የስጋጃ ምንጣፎችን ለማጽዳት ያገለግላል፡፡

<u>የጽዳት ክፍለ ጊዜ እና አሠራሮች በያንዳንዱ ቦታ</u>

- አጠቃላይ የጽዳት ክፍለ ጊዜን ማቀድ እና መከታተል ያስፈልጋል፡፡
- የጽዳት መርሀ ግብሩ እንደሚጸዳው ቦታ ይለያያል
- **ግድግርዎች፣ መስኮቶች፣ ኮርኒሶች፣ በሮች**
  - እንደቆሸሹ ወዲያውኑ በንጹህ ጨርቅ ውሃና ኦሞ በመንከር ማጽዳት ፣
  - አቧራ ሲቦንባቸው በየጊዜው ማጽዳት፣
  - ለብክለት የመጋለጥ እድላቸው ጠባብ ነውና ፀረ-ብክለት ኬሚካል መጠቀም አያስፈልግም፡፡
- **ወንበሮች፣ አምፑሎች፣ ጠረጴዛዎች፣ አልጋዎች**
  - በየቀኑ መወልወል
  - እንደየአስፈላጊነቱ ቆሻሻ በሚኖርበት ወቅት ፀረ ብክለት ኬሚካል ውስጥ በተነከረ ጨርቅ መወልወል፣
- **የሕክምና መገልገያ መሣሪያዎች** (እንዲዮስኮፒ፣ የደም ግፊት መለኪያ፣ ቴርሞ ሜትር)፣
  - በየቀኑና በቆሸሹ ጊዜ ውሃና ኦሞ አድርጐ በጨርቅ መጥረግ፣
  - መሣሪያዎቹ በደም ከተነከሩ ፀረ ብክለት ኬሚካል ተጠቅመን ማጽዳት ያስፈልጋል

<u>ወለሎች</u>

- ወለሎች ቶሎ ቶሎ በቀን በቀን ወይም እንደየአስፈላጊነቱ ማጽዳት ያስፈልጋል፣
- የምናጸዳው በእርጥብ መወልወያ ኦሞና ውሃ በመጠቀም c=ሆን ደሀ ወይም የተለያዩ የሰውነት ፈሳሾች ወሉ ላይ ከፈሰሱ ፀረ - ብክለት ኬሚካል ተጠቅመን ልናፀር ያስፈልጋል፡፡

<u>ሲንኮች</u>

- ቶሎ ቶሎ በመፈተግ (በየቀኑ ወይንም እንደአስፈላጊነቱ) ማጠብ
  - የተለያዩ ጨርቆችን ወይንም w\ሽ ላይ ፀረ ብክለት ኬሚካል በመጨመር ከፈተጉ በኋላ በውሃ ማለቅለቅ

<u>የመጸዳጃ ቤት እና ጉድጓድ</u>

- የተለየ ጨርቅ ወይም ብሩሽና ፀረ ብክለት ኬሚካል በመጠቀም ቶሎ ቶሎ (በየቀኑ ወይንም እንደአስፈላጊነቱ) በመፈተግ ማጽዳት

<u>የበሽተኛ መኝታ ክፍሎች</u>

- ከላይ የተገለጸውን አጸዳድ በመከተል በየቀኑ ማጽዳት
- በሽተኛው ከወጣ በኋላ ማጽዳት
- ተለይተው (Isolation room) ለተኙ በሽተኞች ተመሳሳይ ጽዳት እናደርጋለን
- ተለይተው የተኙ ህሙማን የተቀጠሙባቸውን ማንኛውንም ዓይነት እቃዎች መታጠብና በፀረ ብክለት ኬሚካል መዘፍዘፍ አለባቸው፡፡

<u>መጋረጃዎች</u>

- እንደየአስፈላጊነቱ ሲቆሽ¡ መቀየርና ማጽዳት፣

<u>የተበከሉ አልባሳት</u>

- በየቀኑ በመሰብሰብ ክዳን ባለው እቃ ውስጥ ማስቀመጥ፣

<u>ቆሻሻ</u>

- በየቦታው ያሉትን ቆሻሻዎች ቢያነስ በየቀኑ መሰብሰብ አለባቸው፣

<u>የቆሻሻ ማስቀመጫ ዕቃዎች (የቆሻሻ ማጠራቀሚያ ዕቃዎች)</u>

- የተበከለ ቆሻሻ ማጠራቀሚያ ዕቃዎች ቆሻሻው ከውስጣቸው ከተደፋ በኋላ ሁልጊዜ ማጽዳት ያስፈልጋል፣
- ያልተበከሉ ቆሻሻ ማስቀመጫዎችን ሲቆሽሹ እና ቢያንስ በየሳምንቱ ማጽዳት ያስፈልጋል፡፡

<u>በኦፕሬሽን ክፍል ውስጥ የጽዳት ክፍለ ጊዜ እና አሠራር</u>

- በእያንዳንዱ ቀን መጀመሪያ ሁሉንም ዝርግ ዕቃዎች' 'ጠረጴዛ" ወንበሮች የመሳሰሉትን በንጹህ ጨርቅ መወልወል ያስፈልጋል፣
- በየኦፕሬሽኑ መካከል አጠቃላይ የሆነ ጽዳት ማድረግ ላያስፈልገን ይችላል፡፡
- ይልቁንም በየኦፐሬሽኑ መካከል ኦፐሬሽን የተሰራበትን ቦታና አካባቢ ማጽዳትና

- በያንዳንዱ ቀን መጨረሻ አጠቃላይ የኦፕሬሽን ክፍል ጽዳት ያስፈልጋል፡፡

<u>የአጠቃላይ ጽዳት ቅደም ተከተል</u>

- በምናጸዳበት ወቅት በጥቂቱ ከተበከለው ሥፍራ ጀምረን በከፍተኛ ሁኔታ ወደተበከለው ሥፍራ ልንቀጥል ይገባል፡፡ እንዲሁም ከፍ ካለ ሥፍራ ዝቅ ወዳለ ሥፍራ መቀጠል ይገባናል፡፡
- በደረቁ መጥረግ (አቧራ ማቡነን) እና ማራገፍ ፈጽሞ የተከለከለ ነው፡፡
- ንጹህ በሆነ ባልዲ ውስጥ 0.5% በረኪና ወይንም ሌላ ፀረ-ብክለት ኬፐ>ካል በ¾ቀኑ መጀመሪያ ማዘጋጀት፣
- የተበከለ ቆሻሻ ማጠራቀሚያ ዕቃዎች ከክፍሉ ውስጥ መሰብሰብ እና በአዲስ (ታጥቦ በተዘጋጀ) የቆሻሻ ማጠራቀሚያ መተካት
- S¤Fቲ ቦክስ (የስለታም ዕቃዎች ማስቀመጫ ሳጥኖችን ¾ ሲሞሉ ማስወገድ)፣
- አገልግሎት የሰጡ አልባሳትን ክዳን ባለው ማስቀመጫ ሰብስቦ ወደ ላውንደሪ መውሰድ፣
- ለማጽጃ ያዘÒጀውን ጨርቅ በ0.5% ክሎ]ን ውስጥ በመንከር የተለያዩ ቦታዎችን በቅደም ተከተል ማጽዳት፣
- ኮርኒስ እና ግድግዳ በርጥብ ጨርቅ በመፈተግ ማጽዳት (በሳሙና እና በውሃ)
- ወንበሮች ፣ መብራት፣ የመታጠቢያ ቦታ፣ ጠረጴዛን በመፈተግ ማጽዳት (ፀረብክለት ኬሚካል በመጠቀም ማጽዳት)፣
    - የኦፕሬሽን ክፍል መብራቶች
        - በ 0.5% ክሎ]" በተነከረ ጨርቅ ማጽዳት፣
    - የኦፕሬሽን መdሪያ ጠረጴዛዎች (አልጋዎች) በ 0.5% ክሎ]ን በተነከረ ጨርቅ ሁሉንም የ›ልጋውን ክፍሎች ማጽዳት(ላዩን፣ ጎኑን፣ እግሮቹን፣ የእግር መ`ገጫ፣)
    - ወለል - በፀረ ብክለት ኬሚካል በተነከረ መወልወያ በመፈተግ ማጽዳƒ

በእያንዳንዱ ኦፐሬሽን መሃል የሚካሄድ ጽዳት

- ፍንጥቅጣቂ ደም የተገኘበትን ቦታ በ0.5% ክሎሪን በተነከረ ጨርቅ ማጽዳት፣
- የኦፐሬሽን ጠረጴዛዎችን በየኦፐሬሽኑ መካከል ላያቸውን እና በእነርሱ ላይ የሚነጠፉ ፕላስቲኮችን በ0.5% ክሎሪን ማጽዳት፣
- የዕቃ (የኦፕሬሽን ዕቃዎች) ማስቀመጫ ጠረጴዛዎች (Meyo tables) - 0.5% በረኪና በተነከረ መወልወያ ማጽዳት፣
- የኦፕሬሽን አልጋ ሥሮች ከተበከሉ ወይንም ፈሳሽ ቆሻሻዎች ከታዩባቸው በረኪና በተነከረ ፈሳሽ ማጽዳት
- ቆሻሻዎችን ክዳን ባላቸው የቆሻሻ ማጠራቀሚያ ውስጥ በመሰብሰብ ማስወገድ፣
- ስለታም ቆሻሻዎችን በሴፍቲ ቦክስ ውስጥ በማስቀመጥ ማስወገድ፣
- የተበከሉ አልባሳትን በማያፈስ ዕቃ ውስጥ በመሰብሰብ ወደ ላውንደሪ መላክ

የደም እና የተለያዩ የሰውነት ፈሳሾች በወለል ላይ በሚፈናጠሩበት ጊዜ እንዴት እናጽዳ?

- ትንሽ ፍንጣቂ ከሆነ በ 0.5% ክሎ]ን በተነከረ መወልወያ ፍንጣቂውን ማስወገድ ከዚያም ፀረብክለት ባለው የማጽጃ ፈሳሽ በመጠቀም ማጽዳት፣
- ብዙ ደም በወለሉ ላይ ከፈሰሰ ግን 0.5% ክሎሪን በወለሉ ላይ በመድፋት ለጥቂት ደቂቃ (5-10 ደቂቃ) በመጠበቅ ከዚያ የአገልግሎት ጓንት አድርገን ቦታውን በመወልወያ ማጽዳት ይገባናል፡፡

<u>የጽዳት መሣሪያዎቻችንን እንዴት እናጽዳ</u>

- ልክ ወለሎች እና የተለያዩ ዕቃዎች" እንደምናጸዳቸው የጽዳት መሣሪያዎቻችንም (ማለትም መወልወያዎቻችን ፣ ጨርቆች እና ባልዲዎች) ጽዳት ያስፈልጋቸዋል፡፡

ሀ. የጽዳት መሣሪያዎቻችንን በ0.5% ክሎሪን ውስጥ ለ10 ደቂቃ መዘፍዘፍ፣

ለ. ለጽዳት የምንጠቀምባቸውን ባልዲዎች፣ ብሩሾች፣ ጨርቆች በውሃና ሳሙና በየቀኑ ማጽዳት፣

ሐ. በንጹሕ ውሃ ማለቅለቅ፣

መ. ድጋሚ ለአገልግሎት ከማዋላችን በፊት ማድረቅ

1. በሽተኞች የተጠቀሙትን ልብስ መሰብሰብ፣ ማጓጓዝ፣ መለየትና ማጠብ

በሽተኞች የተጠቀሙትን ልብስ በመሰብሰብ፣ ማጓጓዝ፣ መለየትና ማጠብ ወቅት የጽዳት ሰራተኞች የሚከተሉትን ማድረግ አለባቸው

መሰብሰብና ማጓጓዝ

- ጥቅም ላይ የዋሉ ልብሶችን በልብስ ከረጢቶች፣ በፕላሰቲክ ከረጢቶች ወይም ክዳን ባለው ዕቃ ያጓጉዙ
- በተቻለ መጠን የተበከሉ ልብሶች ጋር ንክኪ ይቀንሱ
- በበሽተኞች ክፍል ውስጥ መለየትና ማጠብ የተከለከለ ነው

- አልባሳትን በምንፈትሽበት እና በምንለይበት ወቅት ጥንቃቄ የተሞላበት መሆን ያስፈልጋል፡፡ በተለይ ማንኛውም ዓይነት ኦፕሬሽን (የቀዶ ጥገና) ከተሰራ በኋላ ከጨርቆች(አልባሳት) ጋር እንደ መርፌ፣ ምላጭ እና የተለያዩ መቀሶች አብረው ተጠቅልለው ሊቀመጡ ይችላሉ፡፡

የተበከሉ ልብሶችን መለየት

- የተበከሉ ልብሶች የሚለዩበት ቦታ ንጹህ ልብሶች ከሚታጠፉበትና ከሚቀመጡበት፣ ከምግብ ማዘጋጃና ከሌሎችም ቦታዎች የተለየ መሆን አለበት
- በተበከሉና በንጹህ ልብሶች መካከል መለያ መኖር አለበት
- አስፈላጊ የሆኑ የሰውነት መከላከያ መሳሪያዎችን ይጠቀሙ
- ከልብሱ ጋር ተቀላቅለው ሊመጡ የሚችሉ ስለታም ነገሮችን ይጠንቀቁ
- ጓንት ካወለቁ በኋላ እጅዎን ይታጠቡ

ልብስ ማጠብ

- ማንኛውንም ዓይነት የህክምና አገልግሎት የሰጡ አልባሳት ድጋሚ ጥቅም ላይ ከመዋላቸው በፊት ሊታጠቡ ይገባል፡፡
- ሁሉንም ልብሶች ንጹህ መሆናቸው እስከሚለይ ድረስ በውሃና በሳሙና ማጠብ ያስፈልጋል
- በሰውነት ፈሳሾች የተበከሉ ልብሶችን በሳሙናና በ0.5% ክሎሪን ፈሳሽ ለ 10 ደቂቃ ይዘፍዝፉ
- አልባሳቱ በከፍተኛ ሁኔታ ካልተበከሉ ወይንም በደምና በሰውነት ፈሳሽ ካልራሱ በስተቀር ከማጠባችን በፊት በረኪና ውስጥ መዘፍዘፍ አያስፈልገንም፡፡ ምክንያቱም በተደጋጋሚ አልባሳቱ በበረኪና መዘፍዘፍ የተሰሩበት ክር በቶሎ እንዲበጣጠስና የአገልግሎት ዘመናቸው እንዲያጥር ስለሚያደርግ ነው፡፡
- የታጠቡ ልብሶች መንጻታቸውን አረጋግጡ፡፡ ካልጸዱ እንደገና እጠቡ፡፡
- በመጨረሻም በንጹህ ውሃ ያለቅልቁ

<u>በእጅ ማጠብ ቅደም ተከተሎች</u>

- የሰውነት መከላከያ መሣሪዎችን መድረግ
- በጣም የራሱትንና ያልራሱትን አልባሳት ለይቶ በተለያየ ገንዳ ማጠብ፣
- አልባሳቱን ሙሉ በሙሉ በውሃ ውስጥ በመንከር ፈሳሽ ሳሙና መጨመርና ማጠብ ከተገኘ ሙቅ ውሃ መጠቀም፡፡
- **እንደየአስፈላጊነቱ** ማጠቢያ ኬሚካል መጨመር (ለምሳሌ፤- 2ሚሊሊትር (5%) በረኪና በአንድ ሊትር ውሃ ውስጥ መጨመር)፣ከ10-20 ደቂቃ መዘፍዘፍ
- አልባሳቱ ቢጫ ቀለም እንዳይኖራቸው ኮምጣጤ መጨመር
- አልባሳቱ ለዓይን ንፁህ እስኪሆኑ ደጋግሞ ማጠብ፣
- አልባሳቱን በንፁህ ውሃ ማለቅለቅ፣.
- ቆሻሻ ለማስወገድ ብለን ብሩሽ አለመጠቀም

<u>በማሽን ማጠብ ቅደም ተከተሎች</u>

ሀ. በጣም የተበከሉትንና ያልተበከሉትን አልባሳት ለይቶ ማጠብ፣

ለ. በመመሪያው መሠረት የማሽኑን የሙቀት መጠንና ሰዓት ማስተካከል

- የፈላ ውሃ መይም ቀዝቃዛ ውሃ በመጠቀም የማጽጃ ኬሚካል ጨምሮ ማጠብ
- በፈላ ውሃ ማጠብ

የሙቀት መጠኑ ከ71^{0}C (160 ^{0} F) በላይ የፈላ ውሃ እና ሳሙና መጠቀም ፣

- ማጠቢያ ኬሚካልና ኮምጣጤ መጠቀም፣
- በመመሪያው መሠረት የሙቀትና የሰዓቱን ዑዳት መቆጣጠር፣

ሐ. የእጥበቱ ሂደት ሲጠናቀቅ አልባሳቱ መጽዳታቸውን ማረጋገጥ፣ ያልጸዱትን በድጋሚ ማጠብ ያስፈልጋል፡፡

የታጠቡ ልብሶችን ማድረቅ፤ ማጠፍና ማስቀመጥ

- የታጠቡ ልብሶችን በጸሀይ ብርሃን ወይም በማሽን ያድርቁ
- ከደረቁ በኋላ ያረጁና የተቀደዱ ካሉ በማየት መስፋት ወይንም ማስወገድ
- ስቴራላይዝድ የማይሆኑ ጨርቆችን ተኩሶ ማጠፍ ያስፈልጋል
- ስቴራላይዝድ የሚሆኑ ጨርቆች መተኮስ የለባቸውም

2. የሰውነት መከላከያ መሳሪያዎች

ቤት የሚያጸዱ ሰራተኞች (የጽዳት ሰራተኞች) በሚያጸዱበት ጊዜ ለቆሻሻ፣ ብናኝ፣ የሰውነት ፈሳሾች እና ሌሎችም ለበሽታ የሚያጋልጡ ሁነታዎች ይጋለጣሉ፡፡ በመሆኑም እራሳቸውን ከበሽታ ለመጠበቅ የሚከተሉትን የሰውንት መከላከያ መሳሪያዎች መጠቀም አለባቸው፡፡

1. ጠንካራ የእጅ ጓንት
2. ማስክ/የአፍ መሸፈኛ
3. ከፐላስቲክ የተሰራ ሽርጥ
4. የአይን መነጸር
5. የቦት ጫማ

የጽዳት ሰራተኞች እነዚህን የሰውንት መከላከያ መሳሪያዎች የሚከተሉትን ስራዎች ሲሰሩ መጠቀም አለባቸው፡፡

- የጽዳት ፈሳሾችን (disinfectant cleaning solutions) በሚያዘጋጁበትና በሚጠቀሙበት ገዜ፡፡
- የበሽተኞች እንክብካቤ የሚካሄድበትን ቦታ ሲያጸዱ፡፡
- የተበከሉ/የቆሸሹ ቦታዎችን ሲያጸዱ፡፡
- በሽተኞች የተጠቀሙባቸውን ልብሶች ሲነኩና ሲያጸዱ፡፡
- የተበከሉ/የቆሸሹ መሳሪያዎች ሲነኩና ሲያጸዱ፡፡
- ቆሻሻዎችን በሚያጸዱበጽና በሚያስወግዱበት ጊዜ
- የሚረጩ የሰውነት ፈሳሾች ሊያሚያጋጥሙ በሚችልበት ጊዜ

በሽተኞች የተጠቀሙበትን ልብስ በምናጥብበት ጊዜ የሚከተሉትን የሰውነት መከላከያ መሳሪያዎች መጠቀም ይኖርብናል፡፡

1. ጠንካራ የእጅ ጓንት
2. ከፐላስቲክ የተሰራ ሽርጥ
3. የአይን መነጸር
4. የቦት ጫማ

ክፍል አምስት፡ በመርፌና ሌሎች ስለታም መሳሪያዎች የመወጋት አደጋ ሲያጋጥም መወሰድ ያለበት እርምጃ

ዓላማዎች

ከዚህ ክፍለ ጊዜ በኋላ ሰልጣኞች፡-

- በመርፌና ሌሎች ስለታም መሳሪያዎች የመወጋት አደጋ ሲያጋጥማቸው ምን ማድረግ እንዳለባቸው ይረዳሉ

የሚጨርሰው አጠቃላይ ጊዜ: 30 ደቂቃ

የሚያስፈልጉ ቁሳቁሶች

- የፊሊፕ ቻርት መስቀያ
- ፊሊፕ ቻርት ወረቀትና ማርከር
- የወረቀት ፕላስተር

ቅድሚያ ዝግጅት

- መርጃ ጹሑፍ 5 ን ፊሊፕ ቻርት ላይ መጻፍ
- ቅድሚያ በማንበብ ተዘጋጅ

ዝርዝር ተግባራት

1. የሚቀጥሉትን ጥያቄዎች በመጠየቅ ውይይት አካሂድ/ጂ (አንድ ጥያቄ በአንድ ጊዜ ጠይቅ/ቂ)፡፡
   - በስራ ወቅት በመርፌና ሌሎች ስለታም መሳሪያዎች የመወጋት አደጋ ገጥሟችሁ ያውቃል?
   - አጋጥሟችሁ የሚያውቅ ከሆነ ምን አደረጋችሁ/ምን እርምጃ ወሰዳችሁ?

2. ተሳታፊዎች አስተያየት እንዲሰጡ በማድረግ ውይይት አካሂድ/ጂ፡፡ በተቻለ መጠን የብዙ ተሳታፊዎችን ገጠመኝ በመጠየቅ ልምዳቸውን እንዲያካፍሉ አበረታታቸው/አበረታቻቸው፡፡

3. ከውይይቱ በኋላ በመርፌና ሌሎች ስለታም መሳሪያዎች መወጋት የሚያስከትለውን አደጋ አብራራ/ሪ፡፡

8. መርጃ ጹሑፍ 5ን በመጠቀም ማንኛውም ሰራተኛ በመርፌ ወይም ሌሎች ስለታም መሳሪያዎች የመወጋት አደጋ ሲያጋጥመው መውሰድ ያለበትን እርምጃ ግለጽ/ጭ፡፡

9. ተሳታፊዎች ጥያቄ ካላቸው እንዲጠይቁ በማድግ መልስ ስጥ/ጭ፡፡

መርጃ ጽሑፍ 5፡ በመርፌና ሌሎች ስለታም መሳሪያዎች የመወጋት አደጋ ሲያጋጥም መወሰድ ያለበት እርምጃ

ማንኛውም ሰራተኛ በመርፌ ወይም ሌሎች ስለታም መሳሪያዎች የመወጋት አደጋ ሲያጋጥመው የሚከተሉትን ማድረግ አለበት፡፡

- የተወጋውን የሰውነት ክፍል ወዲያውኑ ማድማት
- የተወጋውን የሰውነት ክፍል(ቁስሉን) በሳሙና ና በውሃ ማጠብ
- የአደጋውን ሁኔታ ወዲያውኑ ለቅርብ አለቃ ማሳወቅ
- አደጋ እንደተከሰተ ወዲያውኑ ለጤና ባለሙያ ማማከር ፡፡ በተለይም እንዲህ አይነት አደጋ ሲያጋጥም ጸረ ኤች አይ ቪ መድሃኒት በመውሰድ የመተላለፍ ሂደቱን መቀነስ ስለሚቻል ወዲያዉኑ ለጤና ባለሙያ ማማከር በጣም ጠቃሚ ነው፡፡

ክፍል ስድስት፡ የምግብ አያያዝና አዘገጃጀት

ዓላማዎች

ከዚህ ክፍለ ጊዜ በኋላ ሰልጣኞች፡-

- በምግብ አማካኝነት የሚተላለፉ በሽታዎችን ይለያሉ
- ምግብ በሚያዘጋጅበት ጊዜ መደረግ ያለበትን ጥንቃቄ ይረዳሉ
- የምግብ እቃወች አስተጣጠብ ችሎታ ያዳብራሉ
- የግል ንጽህና አጠባበቅን ዘዴን ይረዳሉ

የሚጨርሰው አጠቃላይ ጊዜ: 60 ደቂቃ

የሚያስፈልጉ ቁሳቁሶች

- የፊሊፕ ቻርት መስቀያ
- ፊሊፕ ቻርት ወረቀትና ማርከር
- የወረቀት ፕላስተር
- ለዕቃ ማጠቢያ የሚሆን ሶስት የፕላቲክ ሳፋዎች
- ሙቅ ውሃ
- ማፅጃ / ክሎሪን፣ ሣሙና አሞ/
- መፈግፈጊያ ጨርቅ/ስፖንጅ
- ቆሻሻና ፍርፋሪ ምግብ ማጠራቀሚያ ዕቃ
- ሬክ/ ዕቃ/ ደርድሮ ለማድረቅ የሚረዳ መሣሪያ ነው
- ማድረቂያ ጠረጴዛ
- መወልወያ ንፁህ ጨርቅ

ቅድሚያ ዝግጅት

- መርጃ ጹሑፍ 6 ን ፊሊፕ ቻርት ላይ መጻፍ
- በአይነ ምድር አማካኝነት የበሽታ የመተላለፍ ሂደት የሚያሳየውን ስዕል በፍሊፐቻርት ላይ መጻፍ
- ቅድሚያ በማንበብ ተዘጋጅ

ዝርዝር ተግባራት

1. የሚከተለውን ጥያቄ በመጠየቅ ውይይት አካሂድ/ጂ፡፡

    - ምግብ በምታዘጋጁበት ወቅት ምን ምን ጥቃቄ ታደርጋላችሁ?

2. ተሳታፊዎች አስተያየት እንዲሰጡ በማድረግ ውይይት አካሂድ/ጂ፡፡ በተቻለ መጠን የብዙ ተሳታፊዎችን ገጠመኝ በመጠየቅ ልምዳቸውን እንዲያካፍሉ አበረታታቸው/አበረታቻቸው፡፡

3. ከውይይቱ በኋላመርጃ ጹሑፍ 6ን በመጠቀምና በአይነ ምድር አማካኝነት የበሽታ የመተላለፍ ሂደት የሚያሳየውን ስዕል በመጠቀም በምግብ አማካኝነት በሽታዎች እንዴት እንደሚተላለፉ አብራራ/ሪላቸው፡፡

4. ትክክለኛ የሆነ የምግብ እቃዎችን አስተጣጠብ አሳያቸው፡፡

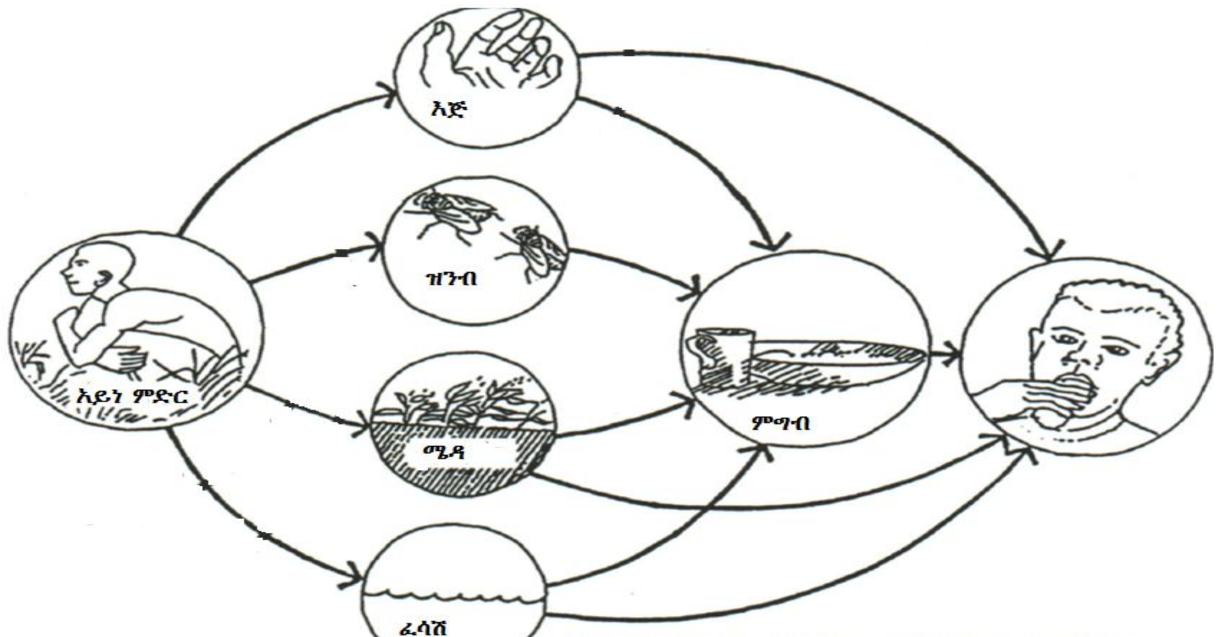
5. ተሳታፊዎች ጥያቄ ካላቸው እንዲጠይቁ በማድግ መልስ ስጥ/ጭ፡፡

መርጃ ፁሁፍ 6፡ የምግብ አያያዝና አዘገጃጀት

- ምግብ ከአመራረቱ፣ ከአሠራሩ፣ ከአከመቻቸቱ እና ከአሰረጫጨቱ አስተማማኝ ጥራƒ" ደህንነቱ የተጠበቀ ለማድረግ ምግብ አዘጋጆችና አቅራቢዎች ትልቁን ሚና ይጫወታሉ፡፡
- ከምግብ አዘጋጆች የጥንቃቄ ጉድለት የተነሳ ምግብ ሊብክለት የሚጋለጥ ሲሆን የተበከለው ምግብ ደግሞ ለምግብ ወለድ በሽታ መንስኤ ይሆናል፡፡

<u>የምግብ ወለድ በሽታ መተላለፊያ መንገዶች</u>

- ከመፀዳጃ ቤት ውጪ በመፀዳዳትና ይህንም ተከትሎ ምግብ እና መጠጥእንዲሁም አካባቢ በአይነ ምድር ሲበከል
- ዝንቦች በአይነ ምድር ላይ አርፈው በእግራቸው የተሸከሙት ቆሻሻ የመመገቢያ እና የመጠጫ እቃዎች" ሲበ¡ል
- በአይነ ምድር የተበከለ ወተት፣እንቁላል፣ አትክልት እና ፍራፍሬ በመመገብ
- ከመፀዳጃ ቤት መልስ እጅን ሳይታጠቡ ምግብና ውሃ እንዲሁም የምግብ እቃዎችን በመነካካት
- ሕሙማን የሚገለገሉባቸው ቁሳቁሶች በሚገባ ሳይታጠቡ ጤነኛ ሰው ሲጠቀምባቸው
- ውሃ በበሽታ አምጪ ተዋህሲያን ሲበከል
- በተዋህሲያኑ የተበከለ ጥሬ ሥጋን በመብላት



ሥእል፡ በአይነ ምድር አማካኝነት የበሽታ የመተላለፍ ሂደት

<u>የምግብ ወለድ በሽታ መከላከያ መንገዶች</u>

- ከመፀዳጃ ቤት ውጪ አለመፀዳዳት እና የመፀዳጃ ቤቱንም በተገቢው መንገድ በንፅህና መያዝ
- ዝንቦች ምግብ፣ውሃን፣የመመገቢያ" የመጠጫ ቁሳቁሶችን እንዳይበክሉ ተገቢውን ጥንቃቄ ማድረግና ዝንቦች የሚራቡበትን ቆሻሻ ማጥፋት
- ከመፀዳጃ ቤት መልስ እጅን በሳሙና ⍰እና በውሀ መታጠብ
- ሕሙማን የሚገለገሉባቸውን ቁሳቁሶች በተገቢው መንገድ ማጠብ
- ውሃ በበሽታ አምጪ ተዋህስያን እንዳይበከል ተገቢውን ጥንቃቄ ማድረግ
- ውሃ እና ወተት አፍልቶ መጠጣት
- በሽታው እያላቸው ምንም አይነት የህመም ምልክት የሌላቸው እና በምግብ ዝግጅት የተሰማሩትን ባለሞያዎች በወቅቱ ተገቢውን ምርመራ እና ህክምና እንዲያገኙ ማድረግ

- የተላጡና የተቆረጡ የሚያመረቅዙ የቆዳ ችግር ያለባቸው በተለየና ውሃ በማያሳልፍ ፕላስተር በደንብ መሸፈን አለባቸው
- የተጋለጡ የቆዳ ክፍሎች ማለትም በፊት፣አንገት፣እጅ ራስ ላይ የሚያመረቅዙና የሚላጡ ቁስሎች ያሉባቸው ሰራተኞች ምግ ማዘጋጀት የለባቸውም
- የማስቀመጥና የማስለመለስ ምልክት ያለባቸው ሰራተኞች ባስቸኳይ ለሚመለከተው ክፍል ጉዳዩን ማሳወቅና ታክመውም እስኪድኑ ከምግብ ዝግጅት መታቀብ አለባቸው ፡፡ የዚህ ኤነት ህመም ለባቸው ሰራተኞ ወደ ስራ መመለስ የሚችለው ህክምናውን በጨረሰ 48 ሰዓት ውስጥ ምንም የማስመለስ ወይም የማስቀመጥ ምልክት ካላሳየ/ችነው፡፡

<u>የምግብ መመረዝ ምክንያቶች እና መከላከያ መንገዶች</u>

- የምግብ መመረዝ ማለት ምግብ" መጠጦች የምግብ መመረዝን በሚያስከትሉ ተህዋሲያን እና የተለያዩ መርዛማ ኬሚካሎች ተበክለው ሲገኙ ነው፡፡
- የተመረዘ ምግብ ለምግብነት ሲውል የምግብ መመረዝ በሽታን ያስከትላል፡፡
- በጥቂት ሰዓታት ውስጥ የበሽታው ምልክቶች ይከሰታሉ
- አጣዳፊ እና አደገኛ እንደመሆኑ መጠን ተገቢው ሕክምና ካልተደረገ በስተቀር እስከ ሞት ሊያደርስ ይችላል

<u>የምግብ መመረዝ በሽታ መተላለፊያ መንገዶች</u>

- የተመረዘ ምግብ / መጠጥ/ በመጠቀም
- ያልፀዳ መርዛማ የኬሚካሎች መያዣ / እቃ/ ለምግብና መጠጥ አገልግሎት ማዋል
- የተዘጋጀ ምግብ / መጠጥ/ በተገቢው የሙቀትና የቅዝቃዜ መጠን አለፐስቀመጥ
- ¾አገልግሎት ጊዜያቸው ያለፈባቸው የታሸጉ ልዩ ልዩ ምግቦች" ለአገልግሎት መጠቀም
- በአዘገጃጀት፣ በአያያዝና አቀማመጥ ጉድለት ያበጡና የዛጉ ልዩ ልዩ የታሸጉ ምግቦች" ለአገልግሎት ማዋል

<u>የምግብ መመረዝ በሽታ መከላከያ ዘዴዎች</u>

- ምግብ" በንጽህና ማዘጋጀት
- የተዘጋጀውን ምግብ / መጠጥ/ በተለይ ቶሎና በቀላሉ ሊበላሹ የሚችሉትን በመለየት ተገቢ በሆነ መንገድ ማስቀመጥ
- ሞቀውና ቀዝቅዘው ግሊጋሎት ላይ መዋል ያለባቸውን ምግ‹" መጠጦች በተገቢው ሙቀትና ቅዝቃዜ ተዘጋጅተውና ተቀምጠው በወቅቱ ለአገልግሎት ማዋል
- መርዛማ ኬሚካል የያዙ ቁሳቁሶች ለምግብ መጠጥ ዝግጅትና ማቅረቢያ አገልግሎት አለማዋል
- የአገልግሎት ጊዜያቸው ያለፈባቸው የታሸጉ ልዩ ልዩ ምግቦች / መጠጦች/ ለአገልግሎት አለማዋል
- በአዘገጃጀት ፣ አያያዝና አቀማመጥ ጉድለት ያበጡ፣ የሰረጐዱ" የዛጉ ልዩ ልዩ የታሸጉ ምግቦች" ለአገልግሎት አለማዋል እና ጥቅም ላይ እንዳይውሉ ማድረግ
- <u>ምግብን በንፅህና ማዘጋጀትና ማቅረብ</u>

ምግብ በሚዘጋጅበት ጊዜ የሚከተሉትን ጥንቃቄዎች ማድረግ ይገባናል

- ምግብን በማዘጋጀትና በማቅረብ ሥራ ላይ የተሠማራ ሠራተኛ ሥራ ከመጀመሩ በፊት
    - ✓ ነጭና ንፁህ የሆነ የሥራ ልብስ / ሽርጥ/ መልበስ!
    - ✓ ፀጉርን መሸፈንና
    - ✓ እጅን በሳሙናና በውሃ መታጠብ!
    - ✓ ለምግብ ማዘጋጃ ማቅረቢያ እና ማስቀማጫ የሚየገለግሉ
- እቃዎች በንፅህና መጠበቅ ይኖርባቸዋል፡፡
- ንፁህና በቂ ውሃ መጠቀም ያስፈልጋል
- በምግብ ማዘጋጃ ክፍል ውስጥ በቂ ብርሃንና አየር እንዲኖር ማድረግ
- በምግብ ዝግጅት ወቅት በምግብ አካባቢ አለማሳልና አለማስነጠስ
- በየክፍሉ ክዳን ያለው የቆሻሻ ማጠራቀሚያ እቃ ማስቀመጥ" መጠቀም
- የምግብ ማደራጃውን ክፍል ከቆሻሻ ስፍራና ከሽንትቤት ማራቅ
- ማንኛውም ለምግብ አገልግሎት የሚውል ምግብ የቀለም 'የሽታ" የጠረን ለውጥ የሚያሳይ ሆኖ ከተገኘ ለምግብነት እንዳይውል ማድረግ

- በምግብ ማደራጃ ክፍል ውስጥ በረሮ ፣ ዝንብ ፣ አይጥ እና ሌሎች ልዩ ልዩ ተባዮች እንዳይራቡ መከላከልና ማስወገድ

የእቃ አስተጣጠብ ሂደት

<u>በእጅ የዕቃ ለማጠብ የሚከተሉትን እቃዎች አዘጋጅ፡-</u>

- ለዕቃ ማጠቢያ የሚሆን ባለ ሶስት ክፍል ሲንኮችን ወይንም የፕላቲክ ሳፋዎች ከወራጅ ውሃ ጋር
- ሙቅ ውሃ
- ማፅጃ / ክሎሪን፣ ሣሙና አሞ/
- መፈግፈጊያ ጨርቅ/ስፖንጅ
- ቆሻሻና ፍርፋሪ ምግብ ማጠራቀሚያ ዕቃ
- ሬክ/ ዕቃ/ ደርድሮ ለማድረቅ የሚረዳ መሣሪያ ነው
- ማድረቂያ ጠረጴዛ
- መወልወያ ንፁህ ጨርቅ

የአስተጣጠብ ሂደት

- ቆሻሻና የምግብ ፍርፋሪ ከዕቃው ላይ እያነሱ የቆሻሻ ማጠራቀሚያ ዕቃ ውስጥ መጨመር፣
- ብርጭቆና ስኒ ከሆኑ ቆሻሻቸውን መጀመሪያ ማስወገÉ ከዚያ በኋላ በማጠቢያው ውስጥ መዘፍዘፍ
- እያንዳንዱ ዕቃ በማጠቢያ ዱቄትና ብሩሽ ወይም እስፖንጅ እየፈገፈጉ በሙቅ ውሃ ማጠብ
- ሣሙናው እንዲለቅ በ2ኛው ክፍል በንፁህ ውሃ ማጠብና ማለቅለቅ
- ቀጥሎም በሶስተኛው ክፍል በሞቀ ውሃ ወይም በክሎሪን ከ2-3 ደቂቃዎች መዘፍዘፍ
- የታጠበውን ዕቃ በሬክ ደርድሮ በአየር እንዲደርp ማድረግ ነው
- ኩባያ፣ ስኒ፣ብርጭቆ፣ መለኪያና ይህንን የመሣሰሉ ዕቃዎች በአየር ከደረቁ በኋላ በንፁህ ጨርቅ እየወለወሉ ንፁህ በሆነ ቦታ ማስቀመጥ
- ስኒ ነክ የሆኑትን ዕቃዎች በአየር እንዲደርቁ ማድረግ
- የመመገቢያ እና የመጠጫ ዕቃዎች ውስጣቸውን አለመያዝ እዲሁም አለመነካካት
- የእቃ ማጠቢያ ሸቦ አለመጠቀም ይመረጣል

<u>**የግል ንፅህና አጠባበቅ**</u>

የግል ንፅህናን መጠበቅ ከተለያዩ ተላላፊ በሽታዎች ራስን መጠበቅና የሌላውንም ህብረተሰብ ጤና ለመጠበቅ የሚያስችል የጤና አጠባበቅ ዘዴ ነው

<u>1. የሰውነት የገላ ንፅህና አጠባበቅ</u>

- ምግብ አዘጋጆችና አቅራቢዎች በየቀኑ ወይም በሣምንት ሁለት ጊዜ ገላቸውን በመታጠብ የግል ንፅህናቸውን መጠበቅ አለባቸው

<u>2. የልብስ ንፅሕና አጠባበቅ</u>

- ተባይ እንዳያፈራ ልብስ" በየጊዜው በውሃና በሣሙና አጥቦ መተኮስ ያስፈልጋል
- ከላይ ንፁህ ልብስ ለብሶ ከውስጥ ንፅህና የጐደለው ልብስ አለመልበስ
- በተለይም በምግብ ዝግጅት ወቅት ንፁህ ነጭ ልብስ ዘወትር መልበስ ይኖርባቸዋል፡፡

<u>3. የእጅ ንፅህና አጠባበቅ</u>

- ምግብ አዘጋጆችና አቅራቢዎች ሥራ ከመጀመራቸው በፊት ሁል ጊዜ እጆቻቸው ንፁህ ሊሆን ይገባል
- የእጅ ጥፍሮች በአጭር የተቆረጡና በንፅህና የተያዙ እንዲሆኑ ተገቢውን ጥንቃቄ ማድረግ
- ከመፀዳጃ ቤት መልስና ምግብ ከማብሰል በፊት ሁል ጊዜ እጆቻቸውን በሣሙናና ውሃ መታጠብ አለባቸው ፡፡
- ምግብ አዘጋጆችና አቅራቢዎች በእጆቻቸው ላይ ቁስል ካለ ወይም የመቆረጥ አደጋ ከደረሰ ወዲያውኑ አስፈላጊው የመጀመሪያ ሕክምና ዕርዳታ ማግኘት አለባቸው፡፡

<u>4. የጉር ንፅህና አጠባበቅ</u>

- ዘወትር በምግብ ዝግጅትና አቅርቦት ወቅት ፀጉር በንፁህ ጨርቅ መሸፈን አለበት

ክፍል ሰባት፡ የሰው ሃይል ፍሰት እና የሥራ ክንውን

ዓላማዎች

ከዚህ ክፍለ ጊዜ በኋላ ሰልጣኞች፡-

- በጤና ተቋማት እያንዳንዱ ክፍል ውስጥ ሊኖር የሚገባውን የሰዎች ቁጥር መወሰንና የየክፍሎችን ተግባር መግልፅን አስፈላጊነት ያውቃሉ፡፡
- በየክፍሎቹ የሚከናወኑ ተግባራትና ምን አይነት የሰው ኃይል ፍሰት መኖር እንዳለበት ይረዳሉ፡፡

የሚጨርሰው አጠቃላይ ጊዜ: 30 ደቂቃ

የሚያስፈልጉ ቁሳቁሶች

- የፊሊፕ ቻርት መስቀያ
- ፊሊፕ ቻርት ወረቀትና ማርከር
- የወረቀት ፕላስተር

ቅድሚያ ዝግጅት

- መርጃ ጹሑፍ 7 ን ፊሊፕ ቻርት ላይ መጻፍ
- ቅድሚያ በማንበብ ተዘጋጅ

ዝርዝር ተግባራት

1. የሚከተለውን ጥያቄ በመጠየቅ ውይይት አካሂድ/ጂ፡፡
    - በጤና ድርጅት ውስጥ ማንኛውም ሰው የማይገባባቸው ክፍሎች የትኞቹ ናቸው?
2. ተሳታፊዎች አስተያት እንዲሰጡ በማድረግ ውይይት አካሂድ/ጂ፡፡
3. መርጃ ጽሁፍ 7ን በመጠቀም በጤና ተቋማት ውስጥ የሰው ሃይል ፍሰትና የሥራ ክንውን እንዴት መሆን እንዳለበት አብራራላቸው/ሪላቸው፡፡

<u>መርጃ ጹሁፍ 7፡ የሰው ሃይል ፍሰት እና የሥራ ክንውን</u>

- አንድ የህክምና ተግባር የሚከናወንበት ክፍል ውስጥ የሚገኙ ሰዎችን ቁጥር መመጠንና የሚከናወነውን የሥራ አይነት መለየት የብክለት መጠንን በከፍተኛ ሁኔታ ይቀንሳል፡፡
- ስለዚህም የህሙማንን፣ የጠያቂዎችን ፣የተማሪዎችንና የሠራተኞችን ቁጥር መቆጣጠር በጤና ተቋማት ለሚካሄደው የበሽታ መከላከል ተግባር መሳኝ ሚና ይጫወታል፡፡

እነዚህም ቦታዎች የሚከተሉት ናቸው፤

- የሕሙማን መቀበያ ቦታ
- የሕሙማን መመርመሪያና መለስተኛ የቀዶ ጥገና የሚሠራባቸው ክፍሎች
- የቀዶ ጥገና ክፍል
- የዕቃ እና አልባሳት ማጠበያ ክፍሎች

የህሙማን መቀበያ ክፍል/ቦታ/

- ይህ ቦታ - ሕሙማን ካርድ ለማውጣት ወረፋ የሚጠብቁበት እና የጤና ትምህርት የሚከታተሉበት ሲሆን ብዙ ህዝብ

ያስተናግዳል

- ይህ ቦታ ሰፊ ሆኖ መሠራት አለበት ካልሆነ ግን የብክለት መጠኑ ከፍተኛ ይሆናል፡፡
- በዚህ ቦታ የህክምና አገልግሎት መስጠት የለበትም፡፡
- በትንፋሽ የሚተላለፉ በሽታዎች እዚህ ቦታ ላይ አስጊ ናቸው፡፡

የምርመራ ክፍል

- እነዚህ የተለያዩ የተመላላሽ ህክምና መስጫ ክፍሎች፤የመርፌ መውጊያ ክፍሎች፤ የህፃናት ክትባት ክፍሎች የመሳሰሉትን ያካትታል
- በማንኛውም ጊዜ የሠራተኛ እና የበሽተኛ ፍሰት መወሰን አለበት
- ህክምና የሚሰጠው በሽተኛ' ህክምና የሚሰጠው ባለሞያና ረዳቱ ብቻ እንዲገቡ ይፈቀዳል
- በሽተኞች የራሳቸውን ልብስ እንደለበሱ ይገባሉ
- በክፍሉ ውስጥ 0.5% የበረኪና ፈሳሽ የያዘ እቃ ማስቀመጥ
- የስለታም መሣሪያዎች መጣያ ሴፍቲ ቦክስ መኖር አለበት
- ያገለገሉ የህክምና አንሶላዎች መሰብሰቢያ ዕቃ
- ቆሻሻን በክፍሉ ውስጥ በየአይነቱ ለይተን ማስቀመጥ

የቀዶ ጥገና ክፍል

- ይህ ክፍል ቀላልና ከባድ የቀዶ ጥገና የሚከናወንባቸው ክፍሎች ሲሆኑ በአብዛኛው ጊዜ በአራት ቦታ ይከፋፈላሉ
  - ✓ ኮሪደር / ያልተከለከለ ቦታ /
  - ✓ መልበሻ ክፍል
  - ✓ በከፊል የተከለከለ ክፍል
  - ✓ ፈፅሞ የተከለከለ ክፍል /ኦፕሬሽን መስሪያ ክፍል/

ያልተከለከለ ቦታ /ኮሪደር/

- ሕሙማን ፤ የተፈቀደላቸው ሠራተኞች እና የህክምና መሣሪያ የሚገባበት ኮሪደር ነው

መልበሻ ክፍል

- ሠራተኞች - ወደ ኦፕሬሽን ከመግባታቸው በፊት ልብስ የሚቀይሩበት ክፍል ነው፡፡ ስለዚህም በዚህ ክፍል ውስጥ የልብስ ማስቀመጫ ሳጥኖች ይኖራሉ

<u>በከፊል የተከለከለ ክፍል</u>

- ይህ ክፍል የሚያካትታቸው
  - ✓ ቅድመ ኦፕሬሽን ምርመራ ክፍል ፤
  - ✓ ማገገሚያ ክፍል
  - ✓ ስቴራላይዝድ የሆኑ ዕቃዎች *ማስቀመጫ ክፍል*
  - ✓ በኦፕሬሽን ወቅት የተጠቀምንባቸውን ዕቃዎች ማፅጃ ስፍራ
- እዚህ ክፍል ውስጥ የሚሰሩ ሠራተኞች ለክፍሉ የሚስማማ ልብስ መልበስ አለባቸው ፤ ቆብ ማድረግም ይጠበቅባቸዋል
- ሽፍን ጫማ ማድረግ - በድንገተ ከሚወድቁ ስለታም ነገሮች እግራችንን ይከላከልልናል፡፡

ፈፅም የተከለከለ ክፍል

- ይህ ኦፕሬሽን የሚሠራበት ቦታ ሲሆን
- ኦፕሬሽን የሚሰራለት ሕመምተኛ እና የተፈቀደላቸው ሠራተኞች ብቻ እንዲገቡ ይፈቀዳል
- የክፍሉ በሮች መዘጋት አለባቸው
- ሠራተኞች የቀዶ ጥገና ልብስ እና ቆብ እንዲሁም ማስክ ማድረግ ይገባቸዋል
- ሠራተኞች ሽፍን ጫማ ማድረግ ይገባቸዋል
- ሕሙማን ፀጉራቸውን መሸፈን አለባቸው
- ሕሙማን ማስክ ማድረግ አይጠበቅባቸውም፤ በትንፋሽ የሚተላለፍ በሽታ የተያዙ ካልሆነ በስተቀር

የተግባር ክፍል

- ይህ ክፍል የተለያዩ የሕክምና መሣሪያዎች የሚፀዱበት እና አልባሳት የሚታጠቡበት ክፍል ነው፡፡
- በውስጡ አራት ሥፍራዎች አሉት
  - ✓ የቆሸሹ እቃዎች መቀበያ ቦታ
  - ✓ ንፅህና መጠበቂያ
  - ✓ የፀዱ መሣሪያዎች ማስቀመጫ ክፍል
  - ✓ ስቴራይል የሆኑ ዕቃዎች ማስቀመጫ ክፍል

1. የቆሸሸ ዕቃ መቀበያ ክፍል

- በዚህ ክፍል ውስጥ አገልግሎት የሰጡ ዕቃዎችን በመቀበል ሰብስቦ የሚታጠብበት የሚለቀለቅበት እና የሚደርቅበት ነው፡፡
- እነዚህ ቦታዎች አሉት - የመረከቢያ ቦታ፤
  ሁለት የማጠቢያና የማለቅለቂያ ገንዳ
  ንፁህ የውሃ አቅርቦት ንፁህ የዕቃ ማድረቂያ

2. የታጠቡ ዕቃዎችን መመርመሪያ

- ጉዳት የደረሰባቸው ዕቃዎች መፈተሽ
- መጠቅለልና እንደአስፈላጊነቱ ስቴሪላይዝ ማድረግ
- የተጠቀሱትን ዕቃዎች እንዲቀመጡ መላክና ስትራላይዝ ሲሆን ማስቀመጥ

3. የፀዱ መሳሪያዎች ማስቀመጫ

- የፀዱ እቃዎች ይቀመጡበታል
- በውስጡ መደርደሪያ ያለው ሳጥን ያስፈልገዋል
- ስለ ዕቃዎቹ ሁኔታ መዝግቦ መያዝ የስፈልጋል

4. ስቴራላይዝ የሆኑ እቃዎች ማስቀመጫ

- ስቴራላይዝድ የሆኑ እቃዎች ማስቀመጫ ክፍል

ክፍል ስምንት፡ ከጤና ድርጅቶች የሚወጡ ቆሻሻዎች አወጋገድና መደረግ ያለባቸው ጥንቃቄዎች

ዓላማዎች

ከዚህ ክፍለ ጊዜ በኋላ ሰልጣኞች፡-

- ከጤና ድርጅት የሚወጡ ቆሻሻዎች የሚያስከትሉትን ጉዳት ይረዳሉ
- ከጤና ድርጅት የሚወጡ ቆሻሻዎችን እንዴት በአግባቡ መለየት፣ ማጠራቀም፣ ማሰባሰብ፣ ማጓጓዝና ማስወገድ እነደሚችሉ ይገነዘባሉ
- የቆሻሻ ማቃጠያ (ኢንሲኔሬተር) ትክክለኛ አጠቃቀምን ይረዳሉ

የሚጨርሰው አጠቃላይ ጊዜ: 180 ደቂቃ

የሚያስፈልጉ ቁሳቁሶች

- የፈሊፕ ቻርት መስቀያ
- ፈሊፕ ቻርት ወረቀትና ማርከር
- የወረቀት ፕላስተር

ቅድሚያ ዝግጅት

- መርጃ ጹሑፍ 8ን ፈሊፕ ቻርት ላይ መጻፍ
- ቅድሚያ በማንበብ ተዘጋጅ
- ሰንጠረዥ አንድን በቢ መጠን ማተም

ዝርዝር ተግባራት

1. ተሳታፊዎችን በ አራት ቡድን በመከፍልን በተለያዩ የጤና ድርጅቱ ክፍሎች በመመደብ በየክፍሉ የሚገኙትን ቆሻሻ ከመለየት ጀምሮ እስከ መጨረሻ ማስወገድ ድረስ እንዲሰሩ አድርግ/ጊ፡፡ ለምሳሌ መዋዋለጃ ክፍል፣ የተመላላሽ ህክምና ክፍል፣ ላቦራቶ፣ ተኝቶ መታከሚያ ክፍል፣ የበሽተኞች መቆያ፣ እናቶችና ህጻናት ክፍል ወዘተ... ለ አንድ ሰዓት ያህል እንዲሰሩ አድርግ/ጊ፡፡

2. ተሳታፊዎች በሚሰሩበት ጊዜ በትክክል መስራታቸውን በመከታተል በሚከተለው ሰንጠረዝ መሰረት ማስታወሻ ያዝ/ዢ፡፡ ነገር ግን ለማስተካከል አትሞክር/ሪ፡፡ ሁሉንም ቡድን መከታተል እንዲያስችል ሌሎች የጤና ባለሙያዎች እንዲያግዙህ/ሽ አድርግ/ጊ፡፡

ሰንጠረዥ አንድ ፡ የቆሻሻ አወገገድ ልምድ መከታተያ ቅጽ

የስራው ዝርዝር	**በጥሩ ሁኔታ የተሰራ**	**መሻሻል ያለበት**	**የሰውነት መከላከያ መሳሪያ አጠቃቀም**
ቆሻሻ መለየት			
የቆሻሻ ማጠራቀምና			

መሰብሰብ			
ቆሻሻ ማጓጓዝ			
ቆሻሻ ማስወገድ			
ተጨማሪ አስተያየት • • •			

3. ወደ ስልጠና አዳራሽ በመመለስ በእያንዳንዱ ቡድን የታዩትን ጥሩና መሻሻል ያለባቸውን ጉዳዮች በፊሊፕ ቻርት በማዘጋጀት አቅርብላቸው/ቢላቸው፡፡

4. ተሳታፊዎች በስራው ወቅት ያጋጠማቸውን ጥሩና አስቸጋሪ ሁኔታዎች እያነሱ እንዲወያዩ አድርግ/ጊ፡፡ ላጋጠሙ ችግሮች መፍትሄ እንዲጠቁሙ አበረታታቸው/አበረታቻቸው፡፡

5. የመርጃ ጸሑፍ 8ን በመጠቀም ትክክለኛውን የቆሻሻ አወጋገድ አቅርብላቸው/አቅርቢላቸው፡፡

6. ተሳታፊዎች አስተያየት እንዲሰጡ በማድረግ ውይይት በማካሄድ አጠቃል/ይ፡፡

መርጃ ጸሑፍ 8፡ ከጤና ድርጅቶች የሚወጡ ቆሻሻዎች አወጋገድና መደረግ ያለባቸው ጥንቃቄዎች

ከጤና ድርጅት የሚወጡ ቆሻሻዎች አጠቃላይ ገጽታ

- 80% የሚሆነው የጤና ድርጅት ቆሻሻ ከመኖሪያ አካባቢ ከሚፈጠሩ ቆሻሻዎች ጋር ተመሳሳይ ሲሆን በጤና ላይ ቀጥተኛ የሆነ ችግር አያስከትልም፡፡
- 20% የሚሆነው ደግሞ አደገኛ ቆሻሻ ነው፡፡
- ከአደገኛ ቆሻሻ 1% የሚሆነው ቆሻሻ ስለታም ቆሻሻ ነው፡፡

ከጤና ድርጅት የሚወጡ ቆሻሻዎችን አወጋገድ ስርዓት

1. **ከጤና ድርጅት የሚወጡ ቆሻሻዎችን ለያይቶ ማስቀመጥ** /Segregation of waste/

<u>የቆሻሻ አይነት</u>

ሀ. በቀጥታ በሽታ የማያመጣ ቆሻሻ፡- ይህ አይነት ቆሻሻ በቀጥታ ምንም ዓይነት የጤና ችግር የማያስከትል ነው፡፡ ምሣሌ፡- ወረቀት፣ የማሸጊያ ዕቃዎች፣ የቢሮ ቁሳቁሶች፣ የመጠጥ ዕቃዎች፣ ካርቶን፣ ጠርሙስ፣ መስታወት እና ምግብ

ለ. በሽታ ሊያመጣ የሚችል ቆሻሻ፡- ይህ አይነቱ ቆሻሻ የሚያጠቃልለው ከሰው ደምና ከሰውነት ፈሳሽ ጋር ንክኪ ያለውን ቆሻሻ ሲሆን በንክኪም በቀላሉ በሽታን ሊያስተላልፍ የሚችለውን የቆሻሻ አይነት ነው፡፡

<u>ምሳሌ፡-</u> የተበከለ ፋሻ፣ የተበከለ የቁስል ማሸጊያ፣ የላቦራቶሪ ጀርም ማሳደጊያ፣ የደም ከረጢት፣ የተበከለ የእጅ ጓንት፣ ከበሽተኛ ሰውነት የሚቆረጥ ወይ የሚወጣ የሰውነት ክፍል፣ እንዲሁም ከመድኃኒት ጋር የተገኘ ቆሻሻ፡፡

ሐ. ስለታም ቆሻሻ፡- ይህ አይነቱ ቆሻሻ ከሰውነት ጋር ሲነካካ ቆዳን ሊበሳ የሚችልና በሽታ ማስተላለፍ የሚችል ነው፡፡

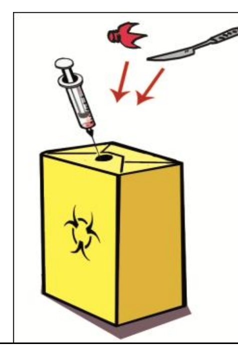
<u>ምሣሌ፡-</u> የተበከለ መርፌ፣ የጉልኮስ መስጫ ዕቃ፣ ቢላዋ፣ ምላጭ፣ የተሰበረ መስታወትና ሌሎች ስለታም ዕቃዎች፡፡

<u>ቆሻሻን መከፋፈል (መለያየት)</u>

- ቆሻሻን ለማጠራቀምም ሆነ ለጊዜው ለማስቀመጥ ማጠራቀሚያ ዕቃዎችን በቀለማቸው በመለየት የተለያዩ ቆሻሻዎችን በተገቢው ዕቃ ውስጥ ያስቀምጡ፡፡ ካተቻለ እንደ ቆሻሻው ዓይነት ማጠራቀሚያ ዕቃዎች ላይ የመለያ ፅሁፍ ያድርጉ፣
  - በቀጥታ በሽታ የማያመጣ ቆሻሻ፣ (ጥቁር ቀለም)

  - በሽታ ሊያመጣ ወይም ሊያስተላልፍ የሚችል ቆሻሻ፣ (ቢጫ ቀለም)

  - ስለታም ቆሻሻ፣ ቢጫ በሆነና ከካርቶን በተሰራ ሳጥን ውስጥ (ቢጫ ቀለም)



- ማንኛውም የቆሻሻ ማጠራቀሚያ በቀላሉ መከደን ይችል ዘንድ 3/4ኛ ድረስ ብቻ ይሞላ፡፡

ይህም ቆሻሻን የማንጠባጠብ ወይም ቆሻሻ ማጠራቀሚያ ዕቃውን የመቅደድ ዕድል በከፍተኛ ሁኔታ ይቀንሳል፡፡

- ቆሻሻ የያዙ ማናቸውም ማጠራቀሚያ ዕቃዎች በአግባቡ የተከደኑና ሥለ የያዙት ቆሻሻ ዝርዝር ሁኔታ የተጻፈባቸው መሆን አለባቸው፡፡
- ከቆሻሻ ጋር በተያያቸ የሚሰሩ ሰዎች የተጠራቀመ ቆሻሻን መነካካትና ዕቃ መልቀም (ማውጣት) አይገባቸውም፡፡

<u>***የሥለታም ቆሻሻ ማጠራቀሚያ ሳጥን አያያዝ***</u>

- የሥለታም ቆሻሻ ማጠራቀሚያ ሳጥን (ካርቶን) 3/4ኛ ደረስ ከሞላ የቆሻሻ ማስገቢያ ቀዳዳው በአግባቡ መዘጋት (መታሸግ)ና መሰብሰብ አለበት፡፡
- የሥለታም ቆሻሻ ማጠራቀሚያ ሳጥን ውስጥ የተከማቸ ቆሻሻ መዘርገፍ የለበትም፡፡ በተጨማሪም የማጠራቀሚያ ሳጥኑ በምንም መልኩ ከተዘጋ በኃላ መከፈት የለበትም፡፡
- የሞላ የሥለታም ቆሻሻ ማጠራቀሚያ ሳጥን ሰዎች በሚተላለፉበትና በሚንቀሳቀሱበት ሥፍራ መቀመጥ የለበትም፡፡

<u>***የሥለታም ያልሆኑ ቆሻሻ ማጠራቀሚያ ሳጥን አያያዝ***</u>

- በሽታ ሊያስተላልፍ የሚችል አደገኛ ቆሻሻ ከተጠራቀመ በኋላ ከመሰብሰቡ በፊት በአግባቡ መከደን አለበት፡፡
- ጥቅም ላይ የዋለ የቆሻሻ መያዣ ባልዲ ለሁለተኛ ጊዜ ጥቅም ላይ ከመዋሉ በፊት መጽዳትና እንደአስፈላጊነቱ በኬሚካል መጸዳት አለበት፡፡

2. ቆሻሻን ማሰባሰብ

የቆሻሻ ማሰባሰብ ክፍለ ጊዜ መደረግ ያለባቸው

- በሽታ ሊያስተላልፉ የሚችሉ አደገኛ ቆሻሻ በየቀኑ መሰብሰብ ይኖርበታል
- የሥለታም ቆሻሻ መያዣ ሳጥን 3/4ኛ ድረስ እንደሞላ መሰብሰብ አለበት፡፡
- አደገኛ ያልሆኑ ቆሻሻዎች የምግብ ትርፍራፊን ጨምሮ በየቀኑ መሰብሰብ አለበት፡፡
- ማናቸውም ቆሻሻ ማጠራቀሚያ ባልዲዎች ከመሰብሰባቸው በፊት ከየት ክፍል እንደወጡና በውስጣቸው ያለው ቆሻሻ ምን እንደሆነ የሚያመለክት ጹሁፍ ሊኖራቸው ያስፈልጋል፡፡

3. ቆሻሻን በተወሰነ ሥፍራ ማስቀመጥ

- ቆሻሻን በጤና ድርጅት ደረጃ ማስቀመጥ አስፈላጊ ከሆነ ለቆሻሻ ማስቀመጫ ብቻ የሚያገለግል ክፍል (ሥፍራ) ማዘጋጀት ያስፈልጋል፡፡
- ሥለታም ያልሆኑ እርጥብና አደገኛ ቆሻሻዎች ከሁለት ቀን በላይ ሳይታከም መከማቸት የለበትም፡፡
- የሥለታም ቆሻሻ ማጠራቀሚያ ሳጥን ግን ከመቃጠሉ ወይም ከመወገዱ በፊት እስከ አንድ ሳምንት ሊቀመጥ ይችላል፡፡
- ቆሻሻ ማጠራቀሚያ (ማከማቻ ሥፍራ) የሚዘጋ ወይም የሚቆለፍ

በር ባለው ክፍል ውስጥ መሆን አለበት፡፡

- ቆሻሻ ማጠራቀሚያ ሥፍራ ከሰው፣ ከእንስሳና ከነፍሳት ንክኪ ውጭ መሆን አለበት
- የቆሻሻ ማጠራቀሚያ ክፍል በቂ ብርሃን የሚያስገባና ሙብራት ያለው ቢሆን ይመረጣል፡፡

4. ቆሻሻን ማጓጓዝ

<u>በጤና ደርጅት ውስጥ</u>

- ትሮሊ ወይም ጋሪ ቆሻሻን ለማጓጓዝ በጤና ድርጅት ውስጥ መጠቀም ተገቢ ነው፡፡
- በአንድ ሥፍራ ተከማችቶ ያለ ቆሻሻ በምንም መልኩ ቢሆን በሌላ ተገቢ ባልሆነ ሥፍራ መተው የለበትም፡፡
- ቆሻሻ በሚጓጓዝበት ወቅት ቆሻሻ ያለው ዕቃ በአግባቡ የተከደነ መሆን አለበት

<u>ከጤና ድርጅት ውጭ ቆሻሻ በሚጓጓዝበት ወቅት</u>

- መጀመሪያ አደገኛ ቆሻሻ ማስወገጃ ዘዴ መኖሩን መረጋገጥ ያስፈልጋል፡፡ ተገቢ የሆነ ማስወገጃ ዘዴ ካለ፡-
    - ቆሻሻ ከመጫኑ በፊት ጠንካራና ው በማያፈስ ዕቃ ውስጥ መያዝ አለበት
    - ቆሻሻ ለማጓጓዝ የሚውል መኪና አገልግሎት ከሰጠ በኃላ በአግባቡ መጽዳት ይኖርበታል

<u>የስለታም ቆሻሻ ማጠራቀሚያ ሳጥን /Safey Box/ አጠቃቀምና አጓጓዝ</u>

ማጠራቀም፡-

ሥለታም ቆሻሻዎች እርጥበት በሌለበትና ለፀሀይ ብርሃን በማይጋለጡበት ቦታ በአግባቡ ሊጠራቀሙ ይገባል፣

- የሥለታም ቆሻሻ ማጠራቀሚያ ሳጥን በተከለለ ሥፍራ ይኸውም ከህክምና መሳሪያዎች እርቆና ያልተፈቀደለት ሰው በማይደርስበት ክፍል ውስጥ መጠራቀም አለበት
- የቆሻሻ ማጠራቀሚያ ካርቶን ደረቅ እንደሆነ መቆየት አለበት
- የተወገዱና የተጠራቀሙ የሥለታም ቆሻሻ ማጠራቀሚያ ሳጥን ቁጥር መረጃ በአግባቡ መያዝ አለበት
- የስለታም ቆሻሻ ማጠራቀሚያ ሳጥኖች ከአንድ ሳምንት በላይ በማጠራቀሚያ ስፍራ መቆየት የለባቸውም

<u>የሥለታም ቆሻሻ ማጠራቀሚያ ሳጥን /Safty box/ ማጓጓዣ</u>

ኢንሲኒሬተር በሌላቸው የጤና ድርጅቶች የቆሻሻ ማጠራቀሚያ ዕቃ በጤና ደርጅቱ ግቢ ውስጥ በመቅበር ማስወገድ ይቻላል፡፡ ካልሆነ ደግሞ ኢንሲኒሬተር ወደ ሚገኝበት ጤና ድርጅት በማጓጓዝ ይቻላል፡፡

የሥለታም ቆሻሻ ማጠራቀሚያ ሳጥን የሚጓጓዝ ከሆነ፣

- ሳጥኖቹ በአግባቡ መጠራቀሚያ ቀዳዳው በላይ በኩል ሆኖ መያዝ አለበት፤

- የቆሻሻ ማጠራቀሚ ዕቃው በመድኃኒት፣ ክትባት እና ከሌሎች የህክምና መሳሪያዎች ጋር መነካካት ወይም በአንድ ላይ መጓጓዝ የለባቸውም
- የቆሻሻ ማጠራቀሚያ ዕቃ ዕርጥበት የማይነካውና ዝናብ በማያገኘው ሁኔታ መጓጓዝ አለበት
- ቆሻሻ ከተጓጓዘ በኋላ የማጓጓዣ መኪናው /ሞተር ሳይክሉ/ መፅዳት አለበት

5. **የቆሻሻ ህክምናና አወጋገድ**

ቆሻሻን የማስወገጃ ዘዴዎች

የሥለታም ቆሻሻ መስወገጃ ዘዴዎች በቅደም ተከተል፡-

- በአግባቡ በተሰራ ማቃጠያ ውስጥ በከፈተኛ ሙቀት ማቃጠል /Incineration/
- የተማከለ ማቃጠያ ካለ ከጤና ድርጅት ውጭ በማጓጓዝ ማቃጠል
- በጤና ደርጅት ውስጥ በመቅበር ማስወገድ

ሥለታም ያልሆኑ አደገኛ ቆሻሻዎች ማስወገጃ ዘዴ በቅደም ተከተል፡-

- በጤና ድርጅት ውስጥ መቅበር /Protected Pit/
- በጤና ድርጅት ውስጥ ማቃጠል /Incineration/
- የተማከለ ቆሻሻ ማስወገጃ ዘዴ ካለ በዚያ ማስወገድ Incineration , sanitary Landfill/

አደገኛ ያልሆኑ ቆሻሻ ማስወገጃ ዘዴ በቅደም ተከተል፡-

- የማዘጋጃ ቤት ቆሻሻን ማጓጓዝና ማስወገድ አገልግሎት መጠቀም (አገልግሎቱ ካለ)
- በጤና ድርጅት ውስጥ ማቃጠል /Incineration/

የአደገኛ ቆሻሻ መቅበርያ ዘዴ

- አደገኛ ቆሻሻዎች በመቅበር የሚወገዱት በአግባቡ ከተሰራና በተከለለ ጉድጓድ የመጨረሻው ጥልቀት ከመሬት የጉድጓድ ወለል 1.5 ሜትር ከፍ ማለት አለበት፡፡ በተጨማሪም ጉድጓዱ የተጣራ መሆን ይኖርበታል፡፡
- አደገኛ ያልሆኑ ቆሻሻዎች በዚህ ጉድጓድ ውስጥ መወገድ የለባቸውም፡፡
- ጉድጓዱ የሚሞላ ጊዜ አፋቸውን በአርማታ መዝጋትና ቦታው ለወደፊት እንዳይቆፈር ምልክት ማቆም ተገቢ ነው፡፡

ኢንሲኒሬሽን (ቆሻሻን በተጠበቀ ሁኔታ ማቃጠል)

ኢንሲኒሬሽን ምንድን ነው

- ኢንሲኒሬሽን ቆሻሻን በከፍተኛ የሙቀት ሃይል ማቃጠል ነው፡፡

ቆሻሻን በማቃጠል የሚገኝ ጥቅም? Use of Incirenition

- የቆሻሻውን መጠን በብዛት ይቀንሳል
- በአይን የማይታዩ ጀርሞችን ያጠፋል

- ሲሪንጅ "PVC" የሌለው በመሆኑ በሚቃጠልበት ወቅት የሚፈጥረው መርዛማ አየር በካይ ነገር በጣም ይቀንሳል

<u>የኢኒሲሬተር አጠቃቀም</u>

- የኢኒሲሬተሩን በንፅህና መያዝ
- ሁል ጊዜ አመድ ከአመድ ማስቀመጫና ከብረቱ ላይ መነሳት አለበት
- አንዳንድ ኢንሲኒሬተር ዋናውን ቆሻሻ ከማቃጠል በፊት ማሞቅ ተገቢ ሊሆን ይችላል
- የስለታም ቆሻሻ ማጠራቀሚያ ሳጥን ወደ ኢንሲኔረተር ውስጥ አንድ አይነት በሆነ ፍጥነትና ብዛት መጨመር ይገባዋል፡፡ ይኸውም ሃይለኛ የሆነ እሳትን መቆጣጠር ይቻል ዘንድ ነው፡፡
- ማሞቅ የሚስፈልገው ኢንሲኒሬተር ከሆነ
    - በአንድ ጊዜ ከ 4-6 ስለታም ቆሻሻ ማጠራቀሚያ ካርቶን ይጨምሩ
    - ጋዝ በመጨመር ሙሉ ለሙሉ ለማቃጠል ይሞክሩ
    - እሳት በሚነድ ወቅት የመጨመሪያ በሩ መዘጋ አለበት
    - ሌላ ቆሻሻ መጨመር ከተፈለተ እሳቱ ነዶ ማለቅና የመጨመሪያው በር እስኪቀዘቅዝ መጠበቅ ያፈልጋል፡፡

<u>ቆሻሻን በአግባቡ ለማቃጠል ሊኖር የሚገባ ነገር</u>

- የሥራ ዝርዝር ቅደም ተከተል የሚያሳይ መመሪያ
- የሰለጠነ የኢንሲኒሬተር ሰራተኛ
- አስተማማኝ የሆነ የቆሻሻ መከፋፈል (መለያየት) ሥርዓት/Segregation of waste/
- አስተማማኝ ቆሻሻን ወደ ማቃጠያ ስፍራ የማጓጓዝ ሥርዓት
- የአመድ ማስወገጃ መቅበሪያ ጉድጓድ
- ተከታታይነት ያለው የጥገና ፕሮግራም
- በቂ የሆነ የጋዝ አቅርቦት (ከተቻለ)

<u>መቃጠል የማይገባቸው ነገሮች</u>

- የፒ.ቪ.ሲ (PVC) ፕላስቲኮች (የሲሪንጅ አካል ከፒ.ቪ.ሲ የተሰራ አይደለም)፡፡
- ሜርኩሪ ቴርሞሜትር
- ባትሪዎች
- የኤክስሬይ (የጨረር) እና የፎቶግራፍ ቁሳቁሶች
- ከጠርሙስ የተሰሩ የመድኃኒት ብልቃጦች (ሊፈነዱና ሊቀልጡ ይችላሉ)

አደጋን የመቀነሻ ዘዴዎች (ስልቶች)

- ማንኛውም ቆሻሻ በሚለካበት ጊዜ የሰውነት መከላከያ መሳሪያዎችን ማለትም

- ውሀ የማያስገባ ሽርጥ/Apron/
- ጠንካራ የእጅ ጓንት/Heavy Duty Gloves/
- የፕላስቲክ ቦት /Boots/

- የአይን መከላከያ መነፅር (Goggle) በአግባቡ ማድረግ (መጠቀም)
- የቆሻሻ ማጠራቀሚያ ዕቃን ከፍቶ ቆሻሻን አለመነካካት (አለማንሳት)
- ቆሻሻ ከተነካ በኃላ እጅን በደንብ በመታጠብ
- ስለታም ቆሻሻዎችን በጥንቃቄ መያዝ
- የጤና ድርጅት የውስጥና የውጭ ንፅህናን መጠበቅ
- አደጋ ሲከሰት መወሰድ የሚገባውን የህክምና ቅድመ ተከተል፣ የሥራ አካባቢ በሚበከልበት ወቅት (ጊዜ) መወሰድ የሚገባውን እርምጃ እንዲሁም አደጋ ሲከሰት ወዲያው የማሳወቅ ስልትን ጠንቅቆ ማወቅ፣
- በስለታም መሳሪያ የመጋት አደጋ ሲያጋጥም ለሚመለከተው ኃላፊ ሪፖርት ማደረግ፣
- ማንኛውም በስለታም መሳሪያዎች የሚከሰት አደጋ አስፈላጊ የሆነው ክትትልና ሊተላለፍ የሚችል በሽታን ለመከላከል ህክምና መውሰድ ያስፈልጋል፡፡/Post exposure prevention Treatment/
- የጤና ድርጅት አስተዳደር ወይም ከጤና ድርጅት የቆሻሻ አወጋገድ ሥራ ጋር ቀጥተኛ ግንኙነት ያለው ሰው የተከሰቱትን አደጋዎች የሚያሳይ መዝገብ ሊኖረው ይገባል፣
- ማንም ሰው ከስለታምና በሽታ አምጪ ከሆኑ ቆሻሻዎች ጋር ግንኙነት ያለው አስፈላጊ የሆኑትን የቴታነስና የሄፓታይተስ ቢ ክትባን መውሰድ አለበት፣