维普资讯 http://www.cqvip.com

局解手术学杂志 2008年第17卷第3期
J Regional Anat & Operative Surg, 2008, Vol. 17, No. 3

护理人员职业性危害的自我防护

张利容，蔡红卫，郑焱玲 （第三军医大学附属西南医院内分泌科，重庆 400038）

[关键词] 自我防护；护理人员；职业危害
[中图分类号] R135 [文献标识码] B [文章编号] 1672-5042(2008)03-0206-01

随着现代医学的发展和医疗技术的不断提高，新的化学物质及高科技技术在临床上的广泛应用，各种手术的普遍开展，艾滋病(AIDS)和乙肝病例的增多，给医院的临床工作带来了挑战。护理人员由于其工作的性质，每天跟病人打交道，执行各种护理操作，处理各种被污染的物品，受细菌、病毒感染的机会很多。因此，加强自身防护，重视感染管理，是预防职业性损伤的关键。

1 对病区空气污染的自身防护

医院是空气污染相对严重的地方，病毒和细菌就像是无形的杀手，时刻威胁着护理人员的身体健康。化学污染物的损害效应决定于它的特征、化学结构、浓度和人体接触的时间，而大气中经常有多种有害物质的混合性污染，最常见的是有害物质的毒性相加现象，低浓度的污染物质长期地作用于人体会产生慢性的远期效应，这种效应往往不易被人注意，而且难以鉴别[1]。病区自身防护除了保持空气流通，定期空气消毒以外，还有重要的一点就是一定要戴好口罩，口罩的使用与保存如果不正确，不仅起不到保护作用，病毒、细菌等还会随呼吸运动进入体内。使用口罩须注意：①戴口罩时口罩上缘在距下眼睑1 cm处，口罩下缘要包住下巴，口罩四周遮掩严密；②不戴时应将贴脸部的一面叠于内侧放置在无菌袋中，可以用使用过的一次性输液器的包装袋作为无菌袋；③口罩使用4～8 h更换1次；④如果工作条件允许，提倡使用一次性口罩，4 h更换1次，用毕丢入污物桶内[1]。

2 对针刺伤的自我防护

针刺伤是护理工作中最常见的一种职业性伤害，是一种皮肤深部的意外伤害，具有潜在的感染危险，如注射器针头、缝针、各种穿刺针、手术刀等造成的意外伤害。毛秀英等[2]调查432名实习护士10个月实习期间发生锐器损伤的占93.3%，被污染物刺伤的占37.72%；传染病医院护理人员针刺伤发生率为86.7%。因此，护士在操作中应牢固树立自我保护意识，如打开玻璃安瓿时，用纱布垫于安瓿与手指之间，用力均匀；对各类针头、刀片等利器，使用后应装入坚固不渗漏的容器内集中储存处理；用过的注射器要及时处理，不要留在治疗台或桌子上避免刺伤他人；手持针头和锐器时不要对着他人，针头不要丢在一般垃圾桶内。针刺刀伤口的应急处理：立即挤出伤口的血液，用肥皂水和流水冲洗伤口，再用2%～5%碘酊消毒，不脱碘；必要时进行传染病专科方面的处理。

3 对接触性感染的防护

护士在为病人做晨间护理、换药、输液、注射等操作时，手被污染的机会很多。有文献报道，有戴手套习惯的医务人员其皮肤粘膜被医疗器械损伤和直接接触患者血液的机会均明显小于不戴手套者，表明戴手套能减少皮肤接触血液次数，并且不增加皮肤损伤[2]，针刺入手套，通过有弹性的两层橡胶手套，再刺入皮肤，其感染率仅为0.20%～0.25%。故戴两双手套能有效防止感染和降低感染率[3]，洗手对预防院内感染极为重要。肥皂和流水洗手是经典、经济而又行之有效的方法，洗手的目的是为了清除手上的病原微生物，切断通过手传播感染性疾病的途径。每个护士都应该了解洗手的正确方法，洗手时间应在10 min以上，注意克服不良习惯(如用洗净的手触摸水龙头或洗完手后在工作服上擦拭等)。另外护士自己的私有物品，如工作服、工作帽及护士鞋都应每周洗刷消毒1～2次，工作服兜里的医用笔、办公钥匙以及手表、工作卡等都应每天用消毒液擦拭消毒1次。

4 心理危害的防护

由于护理人员做任何事情都不能出一点差错，再加上长时间的不分昼夜的工作，不能及时得到休息，长期处于高度紧张的精神状态中和超负荷的工作压力下，使得护理人员常常抵抗力下降，患溃疡病、心脏病、偏头痛病、下肢静脉曲张、胃下垂、慢性腰腿痛等；同时也会产生很多不良的心理状态，如精神紧张、焦虑烦燥等。工作人员自我保护除了有过硬的业务素质要求外，还要学会调节自己的情绪、矫正一般职业性紧张，预防过久站立及走动产生的危害，设法改善站立和走动的强制体位，注意保持良好的操作姿势和习惯。

职业安全是近年来医护人员越来越关注的话题，病人需要一个良好的医疗护理环境，同样，医护人员也只有在一个安全的工作环境中，才能真正全身心投入到工作中去。

[参考文献]

[1] 左艳芳，黄春霞，张集建，等. 手术室空气污染调查及对策[J]. 局解手术学杂志，2003，12(4)：317.
[2] 毛秀英，金得燕，于荔梅，等. 实习护士发生医疗锐器伤的调查[J]. 中华医院感染学杂志，2003，13(2)：110－112.
[3] 许炎秋. 新加坡陈笃生医院手术室护士的职业防护措施[J]. 现代护理，2001，7(6)：67－68.

[收稿日期] 2008-03-19 [修回日期] 2008-04-20
(编辑：左艳芳)