

ਇਸ ਪਰਚੇ ਵਿੱਚ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਸਰੋਤ ਵਰਤੇ ਗਏ ਹਨ
NHS England (2021). (HTM 01-04)
*Decontamination of linen for health
and social care.* [Online]. Available at:
[https://www.england.nhs.uk/
publication/decontamination-of-linen-
for-health-and-social-care-hm-01-04/](https://www.england.nhs.uk/publication/decontamination-of-linen-for-health-and-social-care-hm-01-04/)
(Accessed 14 February 2023).

ਘਰ ਵਿੱਚ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਕੱਪੜੇ ਧੋਣੇ

ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ
ਅਤੇ ਸਲਾਹ

ਇਨਫੋਕਸ਼ਨ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਅਤੇ ਨਿਯੰਤਰਣ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਲੀਫਲੈਟ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸੋਧ ਜਾਂ ਸੁਧਾਰ ਦਾ ਸੁਝਾਅ ਦੇਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ
ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਐਕਸਟੈਂਸ਼ਨ 3587 ਤੇ SWB ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਸਰਵਿਸਿਸ ਨਾਲ
ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਜਾਂ swbh.library@nhs.net ਤੇ ਈਮੇਲ ਕਰੋ।



A Teaching Trust of The University of Birmingham
Incorporating City, Sandwell and Rowley Regis Hospitals
© Sandwell and West Birmingham Hospitals NHS Trust

ML5331

Issue Date: February 2023
Review Date: February 2026



Where
EVERYONE
Matters



ਇਹ ਲੀਡਲੈਟ ਮਰੀਜ਼ ਦੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੱਪੜਿਆਂ ਨੂੰ ਧੋਣ ਲਈ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਦੌਰਾਨ ਪਹਿਨੇ ਹਨ ਜਾਂ ਪਹਿਨਣਗੇ।

ਆਮ ਸਲਾਹ

ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਰੀਜ਼ ਦੇ ਕੱਪੜੇ ਇੱਕ ਚਿੱਟੇ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੇ ਬੈਗ ਵਿੱਚ ਦੇਵਾਂਗੇ ਜੋ ਬੰਨ੍ਹਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ਅਤੇ ਮਰੀਜ਼ ਦੀ ਜਾਇਦਾਦ ਦਾ ਲੇਬਲ ਲਗੇ ਦੂਜੇ ਬੈਗ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।

ਜੇ ਮਰੀਜ਼ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨ ਰਹੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਸਮੱਗਰੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਧੋਣ ਲਈ 60 ਡਿਗਰੀ ਤੋਂ ਵੱਧ ਤਾਪਮਾਨ ਵਿੱਚ ਧੋਣ ਯੋਗ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਤਾਪਮਾਨ ਕੁਝ ਕਪੜਿਆਂ ਤੇ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪੌਲੀਏਸਟਰ, ਉੱਨ, ਰੇਅਨ, ਸਪੈਨਡੇਕਸ, ਜਾਂ ਰੇਸ਼ਮ ਲਈ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੱਪੜੇ ਸੁੰਗੜਨ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਠਹਿਰਨ ਦੌਰਾਨ ਇਹਨਾਂ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਨੂੰ ਪਹਿਨਣ ਤੋਂ ਬਚਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਕੱਪੜੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਲਾਂਡਰੀ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਵਾਲਾ ਲੇਬਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਇਹ ਖਤਰਾ ਹੈ ਕਿ ਮਰੀਜ਼ ਆਪਣੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਨੂੰ ਗੰਦੇ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਸਾਦਗੀ ਵਾਲਾ ਗਾਊਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਗੰਦੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਵਿੱਚ ਉਹ ਕੱਪੜੇ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਖੂਨ ਜਾਂ ਜ਼ਖ਼ਮ ਦੇ ਧੱਬੇ, ਪਿਸ਼ਾਬ, ਉਲਟੀ ਅਤੇ ਮਲ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਕਾਰਨ ਕਰਕੇ ਬਹੁਤ ਗੰਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਕੱਪੜੇ ਧੋਣੇ ਜੋ ਗੰਦੇ ਹੋ ਗਏ ਹਨ

ਗੰਦੇ ਕੱਪੜੇ ਅਤੇ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਿਸੇ ਜਾਣੀ-ਪਛਾਣੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਤੌਲੀਏ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਲੋਸਟ੍ਰਿਡੀਅਮ ਡਿਫੀਸਾਈਲ ('ਸੀ. ਡਿਫ'), ਜੋ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਨੂੰ 60 ਡਿਗਰੀ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਤੇ ਧੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

1. ਕੱਪੜੇ ਨੂੰ ਬੈਗ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਕੱਢਣ ਵੇਲੇ, ਤੁਹਾਨੂੰ:

- ਪਲਾਸਟਿਕ ਜਾਂ ਰਬੜ ਦੇ ਦਸਤਾਨੇ ਪਹਿਨੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਤੇ ਬਾਅਦ ਤੁਸੀਂ ਧੋ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਸੁੱਟ ਸਕਦੇ ਹੋ।

- ਕੱਪੜਿਆਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਲਾਂਡਰੀ ਤੋਂ ਵੱਖ ਰੱਖੋ।

- ਦਸਤਾਨੇ ਉਤਾਰਨ ਤੇ ਬਾਅਦ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਵੋ।

2. ਬੈਗ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਖੋਲ੍ਹੋ ਅਤੇ ਕੱਪੜੇ ਨੂੰ ਸਿੱਧੇ ਵਾਸ਼ਿੰਗ ਮਸ਼ੀਨ ਵਿੱਚ ਪਾਓ। ਮਸ਼ੀਨ ਨੂੰ ਓਵਰਲੋਡ ਨਾ ਕਰੋ।

3. ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੀਆਂ ਥੈਲੀਆਂ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਆਮ ਕੂੜੇ ਦੇ ਨਾਲ ਡਸਟਬਿਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ। ਦਸਤਾਨੇ ਵੀ ਡਸਟਬਿਨ ਵਿੱਚ ਪਾਓ ਜਾਂ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਦੁਬਾਰਾ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਧੋਵੋ।

4. ਦਸਤਾਨਿਆਂ ਨੂੰ ਉਤਾਰਨ ਤੇ ਬਾਅਦ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋਵੋ।

5. ਪਹਿਲਾ 'ਪ੍ਰੀ ਵਾਸ਼' ਕੋਲਡ ਰਿੰਸ ਚੱਕਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਅੱਗੇ, 60 ਡਿਗਰੀ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਤੇ ਗਰਮ ਧੋਣ ਵਾਲੇ ਚੱਕਰ ਤੇ ਧੋਵੋ ਜੇਕਰ ਸਮੱਗਰੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦੇਵੇਗੀ। ਭਿਓ ਕੇ ਨਾ ਰੱਖੋ।
6. ਜੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੱਪੜੇ ਨੂੰ ਸੁਕਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਕੱਪੜੇ ਦੀ ਲਾਈਨ ਤੇ ਹਵਾ ਵਿਚ ਸੁਕਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਮ ਵਾਂਗ ਪ੍ਰੈਸ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
7. ਜੇਕਰ ਮਸ਼ੀਨ ਦਾ ਬਾਹਰਲਾ ਹਿੱਸਾ ਗੰਦੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸਨੂੰ ਗਰਮ ਸਾਬਣ ਵਾਲੇ ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਡਿਸਪੋਸੇਬਲ ਕੱਪੜੇ ਨਾਲ ਧੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਕੱਪੜੇ ਧੋਣੇ ਜੋ ਗੰਦੇ ਨਹੀਂ ਹੋਏ ਹਨ

ਜਿਹੜੇ ਕੱਪੜੇ ਗੰਦੇ ਨਹੀਂ ਹਨ ਜਾਂ ਸੰਕਰਮਣ ਵਾਲੇ ਮਰੀਜ਼ ਦੇ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਮ ਵਾਂਗ ਧੋਣਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਵਾਸ਼ਿੰਗ ਪਾਊਡਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਅਤੇ ਫਿਰ ਜੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸੁਕਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ 60 ਡਿਗਰੀ ਤੇ ਧੋਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਸਾਡੇ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਡੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ www.swbh.nhs.uk ਦੇਖੋ, Twitter @SWBHnhs ਤੇ ਸਾਨੂੰ ਫਾਲੋ ਕਰੋ ਅਤੇ ਸਾਨੂੰ Facebook www.facebook.com/SWBHnhs ਤੇ ਪਸੰਦ ਕਰੋ।

