

गाउन फुकाल्ने क्रम (नेपाली भाषामा) ガウン脱衣順序 (ネパール語)
(माथिल्लो पाखुराबाट कसरी हटाउने) (上腕から脱ぐ方法)

	आन्दोलन	項目	説明
1	कान मुनिको भाग समात्नुहोस् र अगाडि तान्नुहोस् (首元引きちぎる)		घाँटीको दुबै छेउमा (कानको मुनि) समात्नुहोस्, यसलाई अगाडि तान्नुहोस् र अगाडि झुन्ड्याउनुहोस् । 両側の首元(耳の下あたり)を握り、前方へ引きちぎり、前に垂らします
2	आफ्नो बाहुलाबाट हात निकाल्नुहोस् 腕を抜く		आफ्नो दाहिने हातको बुढी औंला गाउनको माथिल्लो बायाँ पाखुरामा घुसाउनुहोस् र बायाँ हातलाई बाहुलाबाट हटाउनुहोस् (बाहुला भित्रबाट बाहिर निकाल्नुहोस्)। ★ ガウンの右上腕内側に、左手指先を入れて右腕を袖から(中表になるように)抜きます
3	विपरीत हात बाहिर निकाल्नुहोस्। 逆側の腕を抜く		अर्को हातले, आफ्नो देब्रे औंलाहरू आफ्नो दाहिने बाहुला भित्र राख्नुहोस् र आफ्नो दाहिने हात बाहिर तान्नुहोस् (बाहुला भित्रबाट बाहिर निकाल्नुहोस्)। ★ 逆側も右上腕内側に、左手指先を入れて右腕を袖から(中表になるように)抜きます
4	कम्मरको पट्टा काट्नुहोस् 腰紐を切る (引きちぎる)		प्रदूषणरहित गाउनको भित्री भाग समात्नुहोस् र कम्मरको पट्टा अगाडि तान्नुहोस्। 汚染されていないガウン内側を握り、腰ひもを前方へ引き切ります
5	अगाडिको भाग भित्रतिर राखेर यसलाई बेर्नुहोस्। 中表に丸める		आफ्नो शरीरबाट गाउन निकाल्नुहोस् र यसलाई बेर्नुहोस् ताकि दूषित क्षेत्र भित्र होस्। ガウンを体から外し、汚染した部分が内側になるように丸めます
6	प्याँक्नुहोस् 破棄		सङ्क्रामक फोहोर टोकरीमा फाल्नुहोस्। 感染性廃棄物箱へ破棄します
7	हातको सरसफाइ 手指衛生		अल्कोहल पूर्ण रूपमा सुख्खा नभएसम्म रगड्नुहोस्। 完全に乾燥するまでアルコールを擦り込みます

★ध्यान दिनुपर्ने महत्त्वपूर्ण बुँदाहरू 注意点

समाले वा तान्ने नगर्नुहोस् ।

ガウンをつまんで引くのはいけません



तपाईंले आफ्नो हात दूषित पार्नुहुनेछ ।

手を汚染してしまいます



आफ्नो औंलाको टुप्पो बाहुलामा घुसाउनुहोस् र गाउनलाई एकसाथ तान्नुहोस् ।

袖の中に指先を入れてガウンをまとめて引きます

