

Zapobieganie i kontrola zakażeń

Czyste ręce to troskliwe ręce

Czy umyłeś/aś ręce?

Zasady prawidłowej higieny rąk dla pacjentów i odwiedzających

Każdy z nas odgrywa ważną rolę w zakresie zapobiegania rozprzestrzenianiu się zakażeń, wykonując jedną prostą czynność, którą jest mycie rąk. Badania wykazują, że jest to najbardziej skuteczna metoda zapobiegania rozprzestrzenianiu się zakażeń w środowisku szpitalnym i każdym innym.



Najlepsza metoda utrzymania higieny rąk

Istnieje wiele różnych sposobów utrzymania higieny rąk, wolnych od bakterii i wirusów:

Mycie mydłem pod ciepłą, bieżącą wodą

1. Zwilżyć ręce i nabrać na nie mydła z dozownika.
2. Energicznie potrzeć wszystkie części rąk i nadgarstków (patrz rysunki na ilustracji).
3. Spłukać i wytrzeć do sucha.
4. Przestrzeganie tych zasad jest konieczne w przypadku odwiedzin u pacjenta przebywającego w izolatce lub jeżeli ręce są wyraźnie brudne.

Wykorzystanie żelu alkoholowego

1. Nawet na rękach, które wyglądają czysto może znajdować się mnóstwo bakterii i wirusów.

2. Wykorzystanie żelu alkoholowego stanowi alternatywną metodę dezynfekcji rąk. Ręce muszą być wyraźnie czyste.
3. Należy pamiętać o rozprowadzeniu żelu na całej powierzchni rąk, umyć je i wytrzeć do sucha (patrz rysunki na ilustracji)

Metody dezynfekcji rąk

Należy zawsze myć ręce wodą z mydłem lub żelem alkoholowym, przestrzegając 8 określonych poniżej etapów. Podczas każdego etapu należy pocierać ręce w obie strony.

1.

Nawilżyć ręce pod bieżącą wodą i pobrać dawkę mydła **lub** żelu alkoholowego na suchą dłoń.



2.

Rozetrzeć go między dłońmi.

3.

Potrzeć prawą rękę o lewą i odwrotnie.



4.

Potrzeć dłonie ze splecionymi palcami.

5.

Potrzeć tylną stronę palców lewej dłoni o przednią stronę dłoni prawej, a następnie odwrotnie.



6.

Wykonując ruchy okrężne lewą dłonią dokładnie umyć kciuk ręki prawej i odwrotnie.

7.

Potrzeć lewą ręką palce prawej dłoni i odwrotnie



8.

Umyć lewy nadgarstek prawą ręką i odwrotnie.

Po umyciu rąk wodą z mydłem lub żelem alkoholowym, przed rozpoczęciem jakichkolwiek innych prac należy dokładnie wytrzeć je do sucha

Zespół zapobiegania zakażeniom, czerwiec 2005 r.

W jaki sposób zapobiegać zakażeniom

Pacjenci powinni:

- Zawsze myć ręce po skorzystaniu z łazienki lub toalety. Jeżeli nie można znaleźć umywalki w pobliżu, należy zapytać pielęgniarkę.
- Należy zawsze myć ręce po kasznięciu lub kichnięciu.
- Należy zawsze myć ręce przed dotykaniem, przygotowywaniem lub spożywaniem posiłków.
- Należy zawsze umyć ręce wodą z mydłem, kiedy są wyraźnie brudne.
- Przy każdym łóżku powinien znajdować się dozownik żelu. Jeżeli nie ma dozownika lub jest on pusty, należy zwrócić się do pielęgniarki.
- Należy zawsze poprosić osoby odwiedzające o umycie rąk żelem.
- Pacjent może przypomnieć lekarzowi lub pielęgniarce o konieczności umycia rąk żelem przed przeprowadzeniem jakiegokolwiek zabiegu.

Osoby odwiedzające

- Aby zapewnić bezpieczeństwo swoich bliskich lub przyjaciół należy przypominać im o konieczności mycia rąk mydłem lub żelem przed wejściem na oddział i kontaktem z odwiedzaną osobą.
- Należy zawsze umyć ręce przed wyjściem z izolatki.
- Należy zawsze myć ręce po skorzystaniu z łazienki lub toalety
- Należy zawsze myć ręce po kasznięciu lub kichnięciu.
- Należy zawsze myć ręce przed dotykaniem, przygotowywaniem lub spożywaniem posiłków.
- Należy zawsze umyć ręce wodą z mydłem, kiedy są wyraźnie brudne.

Pracownicy

Wszyscy pracownicy Szpitali Uniwersyteckich Coventry i Warwickshire (UHCW) NHS Trust muszą przestrzegać zasad obowiązującej Polityki Dezynfekcji Rąk i uczestniczyć w obowiązkowych, corocznych szkoleniach praktycznych dotyczących mycia rąk.

Dalsze informacje

W oddziałach dostępne są ulotki zawierające szczegółowe informacje dotyczące ryzyka zakażeń. Aby uzyskać więcej informacji na temat zapobiegania zakażeniom i ich kontroli w warunkach szpitalnych lub w razie jakichkolwiek pytań, należy zwrócić się do pracowników oddziału, jego kierownika lub przełożonej pielęgniarek, współpracujących z centralnym zespołem Zapobiegania i Kontroli Zakażeń.

W razie zauważenia braku odpowiednich zapasów mydła, ręczników papierowych lub żelu alkoholowego do rąk, należy natychmiast poinformować o tym personel medyczny. Można również skontaktować się z linią obsługi telefonicznej ISS Mediclean pod numerem 024 7696 5555. Jest to organizacja odpowiedzialna za utrzymanie czystości w placówkach Trust. Pracownik medyczny nie umył rąk? Należy mu o tym przypomnieć.

Nasz Zespół Zapobiegania i Kontroli Zakażeń

Nasz zespół specjalistów służby zdrowia zatrudnia mikrobiologów, wirusologów i wyspecjalizowane pielęgniarki. Ich zadaniem jest służenie pomocą personelowi medycznemu w zakresie zapobiegania zakażeniom i ich rozprzestrzenianiu się w placówkach Trust. Każda z wyspecjalizowanych pielęgniarek prowadzi systematyczne kontrole w podlegających jej oddziałach.

Pielęgniarki odpowiedzialne za zapobieganie i kontrolę zakażeń są dostępne dla pacjentów i ich rodzin w dniach od poniedziałku do piątku w godzinach od 9.00 do 17.00, także pod numerem telefonu **024 7696 4791**.

Inne ulotki opracowane przez Zespół Zapobiegania i Kontroli Zakażeń to:

- Izolacja i bariery
- W jaki sposób unikać zakażeń?
- Bakterie szczepu ESBL
- Bakterie M.R.S.A
- Bakteria Clostridium Difficile

Nasza firma korzysta z usług tłumaczy. Jeżeli potrzebują Państwo informacji w innym języku lub formacie, należy skontaktować się na numer 024 7696 7514/15, dołożymy wszelkich starań, aby spełnić Państwa potrzeby.

Historia dokumentu

Sporządził	Kontrola Zakażeń
Dział	Kontrola Zakażeń
Data publikacji	Październik 2008 r.
Data weryfikacji	Styczeń 2015 r.
Wersja	7
Nr referencyjny	HIC/LFT/628/08



W placówkach Trust prowadzona jest polityka ograniczania