

Препоруке за хигијену руку у здравственим установама

ПРАЊЕ РУКУ

1. Видљиву нечистоћу са руку уклонити прањем водом и сапуном.
2. Руке треба опрати водом и сапуном или их третирати дезинфекционим средством на бази алкохола (ако нису видљиво запрљане) сваки пут:
 - A. пре и после контакта са пацијентом;
 - B. после контакта са извором микроорганизама (телесне течности, мукозне мембране, кожа која нема континуитет, контаминирани предмети);
 - C. после уклањања рукавица са руку.
3. Руке наквасити текућом водом. Нанети средство за прање и равномерно га распоредити по површинама руку. Темељно трљати 10-15с (обратити пажњу на палчеве, дорзум шаке, простор испод ноктију). Темељно испрати текућом водом.
4. За уобичајену негу пацијената се препоручује прање руку обичним сапуном у било ком облику (у комаду, течан, у пудеру, у листићима). Комади сапуна не треба да буду велики и треба да стоје на постољу.

АНТИСЕПСА РУКУ

1. Постиге се прањем руку дезинфекционим средствима која садрже антимикробну компоненту, хирушким прањем руку или применом алкохолних препарата, обавезна је:
 - A. пре извођења инвазивних процедура као што су хирушке интервенције, пласирање интраваскуларних катетера, уринарних катетера и др.
 - B. када је пожељна стална антимикробна активност на рукама;
 - C. када је важно редуковати резидентну флору руку.
2. На одељењима где су услови за прање руку неодговарајући, а руке нису видљиво запрљане или обимно контаминиране крвљу и другим органским материјама, треба користити препарате на бази алкохола.

СУШЕЊЕ РУКУ

1. Не треба користити платнене пешкире;
2. Користити папирне убресе (папирна вата), али заштићене од контаминације која настаје прскањем воде при прању руку;
3. Чесму затворити након брисања руку комадом папирне вате којим смо обрисали руке.

РУКАВИЦЕ

1. Користити их после прања руку, а не као замену за прање руку;
2. Користити их при обављању активности при којима би руке могле бити контаминиране. Треба их скинути и безбедно одложити, а руке опрати увек када:
 - A. се овакве активности заврше;
 - B. постоји сумња да су рукавице оштећене;
 - C. измедју пацијената.

3. Рукавице за једнократну употребу користити само једном. Забрањено њихово прање ради поновног коришћења.

СТАЊЕ НОКТИЈУ И РУКУ

- A. Нокти треба да буду довољно кратки да би се могао темељно очистити простор испод њих и да не би узроковали оштећење рукавица;
- B. На рукама, укључујући нокте и околно ткиво, не сме бити знакова инфекције.

ЛОСИОНИ И КРЕМЕ

1. Могу се користити ради спречавања исушивања коже руку услед честог прања;
2. Набављати их у мањим паковањима за индивидуалну употребу или у паковањима са пумпицом која се бацају након пражњења (не пуне се поново).

ЧУВАЊЕ И ИЗДАВАЊЕ ДЕЗИНФЕКЦИОНИХ СРЕДСТАВА

1. Течна средства треба чувати у затвореним паковањима;
2. Препоручују се паковања (боце) која се након трошења средства бацају. Ако се користе паковања која се више пута пуне, неопходно је боцу пре пуњења темељно опрати и осушити;
3. Паковања са алкохолним препаратима чувати далеко од извора ватре.

ДОДАТНЕ АКТИВНОСТИ

1. Континуирана едукација особља;
2. Надзор над спровођењем активности хигијене руку;
3. Укључење особља на свим нивоима у наведене активности.

Литература:

1. Centers for Disease Control and Prevention. Boyce JM, Pittet D. Guideline for hand hygiene in health-care settings. MMWR Morb Mort Wkly Rep 2002; 51:1-16.