

HYGIENA RÚK

Clean care is safer care „save lives: clean your hands“

Súčasťou programu WHO „First Global Patient Safety Challenge - Clean Care Is Safer Care“ je kampaň pod názvom „Save Lives: Clean Your Hands“ (**Umývaj si ruky – zachrániš život“**)

5. máj je celosvetový deň venovaný hygiene rúk

5. máj 2016 - 8. ročník kampane, so zameraním na edukáciu zdravotníckych pracovníkov

Hlavným **cieľom kampane** je poukázať, že správna **hygiena rúk** patrí medzi **najdôležitejšie spôsoby prevencie NN**.



V súčasnosti je do projektu zaregistrovaných 18 365 zdravotníckych zariadení po celom svete (**Slovensko - 37**)

Hygiena rúk:

- **najjednoduchší, najlacnejší, najefektívnejší** spôsob ochrany personálu, prevencie šírenia NN a rezistencie na ATB, avšak iba za predpokladu, že sa vykonáva správne a v správnom momente.
- **významné opatrenie v prevencii NN**
 - zvyšuje bezpečnosť pacientov i zdravotníkov
 - zvyšuje kvalitu poskytovanej zdravotnej starostlivosti



Ruky zdravotníckych pracovníkov = najčastejší a najrizikovejší spôsob prenosu NN!

Novela vyhlášky MZ SR č. 553/2007 –
Vyhláška MZ SR č. 192/2015 Z.z., účinnosť od 1.9.2015:

Hygiena rúk - Príloha č. 1a:

- Umývanie rúk
- Hygienická dezinfekcia rúk
- Kombinované ošetrovanie rúk
- Chirurgická dezinfekcia rúk
- Ošetrovanie pokožky rúk
- Predoperačná príprava rúk
- Používanie ochranných rukavíc

Umývanie rúk

Cieľ: mechanické odstránenie **viditeľného znečistenia rúk**, organických a anorganických nečistôt.

Indikácie:

- príchod na pracovisko
- viditeľné znečistenie rúk špinou, krvou alebo inými telesnými tekutinami
- súčasť osobnej hygieny pred jedlom, po použití toalety
- možná alebo dokázaná kontaminácia rúk mikroorganizmami tvoriacimi spóry

Požiadavky:

Na utretie rúk - jednorazové papierové utierky v uzatvorenom zásobníku!



Hygienická dezinfekcia rúk

Cieľ: **rýchla redukcia** prechodnej (prenesenej) mikroflóry kože rúk ako prevencia prenosu mikroorganizmov.

Indikácie:

- pred a po každom kontakte s pacientom v rámci diagnostiky a ošetrovania
- pred a po invazívnych zákrokoch – a to aj pri použití ochranných rukavíc
- pred manipuláciou s liekmi a prípravou infúzných roztokov
- po kontakte s akýmkoľvek predmetom alebo povrchom v bezprostrednom okolí pacienta
- po kontakte s biologickým materiálom, sliznicami, krytou ranou, porušenou kožou pacienta – a to aj pri použití ochranných rukavíc
- v priebehu vyšetrovania/ošetrovania jedného pacienta, ak sa postupuje od kontaminovanej časti tela k čistej

- po zvlčení jednorázových sterilných a jednorázových ochranných rukavíc

Požiadavky: - expozičný čas 30 s.

- ruky neoplachovať, neutierať, nechať voľne vyschnúť!



Kombinované ošetrovanie rúk

Cieľ: redukcia prechodnej mikroflóry kože rúk a odstránenie spór mikroorganizmov tvoriacich spóry

Indikácie: pri dokázanej alebo možnej kontaminácii rúk mikroorganizmami tvoriacimi spóry (*Clostridium difficile*)

Požiadavky:

Po zvlčení jednorázových ochranných rukavíc sa vykoná hygienická dezinfekcia rúk a následne umývanie rúk!

Chirurgická dezinfekcia rúk

Cieľ: odstránenie prechodnej a redukcia trvalej mikroflóry kože rúk a predlaktí

Indikácie:

- súčasť predoperačnej prípravy rúk pred chirurgickým výkonom
- pred použitím jednorázových sterilných rukavíc

Požiadavky:

Pri výkonoch, pred ktorými sa vykonáva chirurgická dezinfekcia rúk, nesmú byť na rukách hodinky!

Predoperačná príprava rúk -na začiatku operačného programu

Cieľ: príprava rúk pred operačným výkonom, eliminácia prechodnej a redukcia trvalej mikroflóry kože rúk a predlaktí

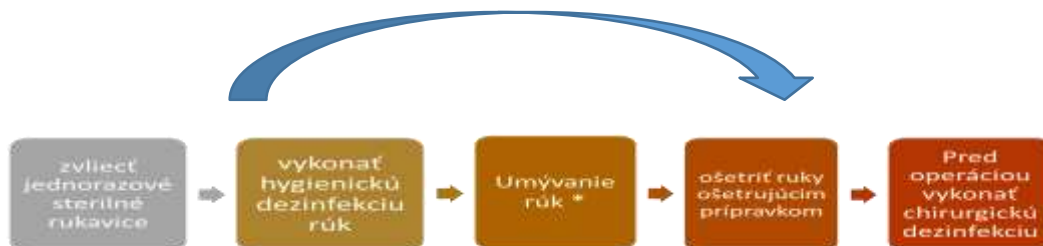
Postup:

hygienická dezinfekcia	chirurgické umývanie	chirurgická dezinfekcia
<ul style="list-style-type: none"> • vo vstupnom filtri, šatni 	<ul style="list-style-type: none"> • nie dlhšie ako 1 min • jednorázové špachtličky na vyčistenie priestoru pod nechtami 	<ul style="list-style-type: none"> • ruky neoplachovať, neutierať, po uplynutí expozičného času nechať voľne vyschnúť • jednorázové sterilné rukavice navliekať na suché ruky

Predoperačná príprava rúk - medzi dvoma operačnými výkonmi

Postup:

*ak sú ruky viditeľne znečistené



Používanie rukavíc

Jednorazové sterilné rukavice

Cieľ:

- zabrániť kontaminácii operačnej rany trvalou mikroflórou kože rúk,
- zabrániť kontaminácii rúk zdravotníckych pracovníkov mikroorganizmami prenosnými krvou pacienta.

Indikácie:

- chirurgické výkony
- pôrody
- invazívne rádiologické výkony
- zabezpečenie centrálného venózneho a arteriálneho prístupu, zavádzanie močových katétrov, zabezpečenie invazívnych vstupov do sterilných dutín a priestorov.

Jednorázové ochranné rukavice

Cieľ:

- znížiť riziko kontaminácie rúk biologickým materiálom,
- znížiť riziko prenosu mikroorganizmov z pacienta na ruky zdravotníckeho pracovníka,
- zabrániť poškodeniu pokožky rúk prípravkami určenými na čistenie a dezinfekciu.

Používanie rukavíc:

jeden pár rukavíc len u 1 pacienta

jeden pár rukavíc nie na viac ako 1 zdravotný výkon

rukavice navliecť bezprostredne pred činnosťou, ihneď po činnosti zvliecť

HDR po zvlčení rukavíc

*HDR – hygienická dezinfekcia rúk

Ošetrovanie pokožky rúk

Cieľ: zabrániť stratám vody z pokožky a udržiavať pokožku jemnú, pružnú a neporušenú, aby bola zachovaná jej prirodzená ochranná bariéra proti vplyvom prostredia a predchádzalo sa osídľovaniu pokožky rúk patogénnymi mikroorganizmami.

Indikácie:

- opakovane v priebehu dňa podľa stavu pokožky
- medzi operačnými výkonmi a po skončení operačného programu

Zásady starostlivosti o pokožku rúk

- pravidelne upravovať nechty a okolie nechtov,
- pravidelne používať ošetrojúce prípravky,
- predchádzať znečisteniu rúk,
- umývať len v indikáciách,
- na umývanie rúk používať vlažnú vodu,
- nepoužívať kefy a dezinfekčné mydlá,
- používať ochranné rukavice len v indikáciách,
- dodržiavať zásady používania ochranných rukavíc,
- zabrániť priamemu kontaktu pokožky rúk so škodlivými látkami, čistiacimi a dezinfekčnými prípravkami