

Čisté ruce

Vlastní dezinfekční přípravek

Čisté ruce tvoří první obrannou linii. Mytí mýdlem je základní a zcela dostatečné – pokud je provedeno správně, tedy poctivých 30 vteřin. V terénu se ale ruce myjí těžko a vhod přicházejí dezinfekční přípravky, jenže jsou teď těžko dostupné. Proto se poslední týdny množí návody na rozličné domácí dryáky. Příprava dezinfekce v domácích podmínkách může snadno skončit nevalným výsledkem (malá dezinfekční účinnost kvůli příliš nízké/vysoké koncentraci alkoholu, oddělení alkoholu od zvlhčovače a v důsledku silně vysušující vliv na pokožku, atd.). Ani technický líh nelze doporučit kvůli možnému obsahu toxických denaturačních činidel. Zkrátka je jistější spolehnout se na komerčně dostupné přípravky, ale pokud jsou beznadějně vykoupené a doma se povalují následující ingredience (alespoň kvalitní líh a glycerol), lze si s trochou šikovnosti namíchat směs podle receptury Světové zdravotnické organizace (WHO).

Ústav ochrany a podpory zdraví LF MU
(zpracoval RNDr. Ondřej Zvěřina, PhD.)

ČISTÉ RUCE



mýdlo & voda
první volba
alespoň 30 sekund
celý povrch rukou



dezinfekční přípravek
účinné řešení, když není k dispozici
mýdlo; venku, ve městě, ...
alespoň 30 sekund, stejná technika

vlastní dezinfekční přípravek



účinná složka
ethanol 96 % (může
být i isopropylalkohol,
vodka nestačí)

260 ml
(hrnek)

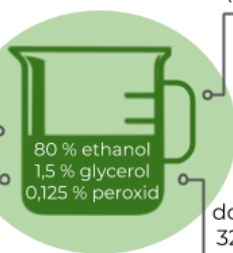
15 ml
(lžíce)

dekontaminuje
nádobu a přípravek
v nízké koncentraci
se nepodílí na
dezinfekčním účinku



zvlhčující přísada,
zlepšuje roztíratelnost
lze nahradit podobným
zvlhčovačem
(např. aloe vera gel)

5 ml
(lžička)



dolít na
320 ml

zředění alkoholu
(destilovanou nebo
převařenou vodou)
na účinnou
koncentraci
60–95 %



zdroj: WHO-recommended Handrub Formulations, who.int

MASARYKOVA UNIVERZITA POMÁHÁ

#DevetFakultJednaUniverzita

MUNI