

Zásady hygieny rukou



Věstník MZ ČR částka 5/2012 str.15 METODICKÝ NÁVOD - HYGIENA RUKOU PŘI POSKYTOVÁNÍ ZDRAVOTNÍ PÉČE

http://www.mzcr.cz/Legislativa/dokumenty/vestnik-c5/2012_6452_2510_11.ht

Ruce zdravotníka

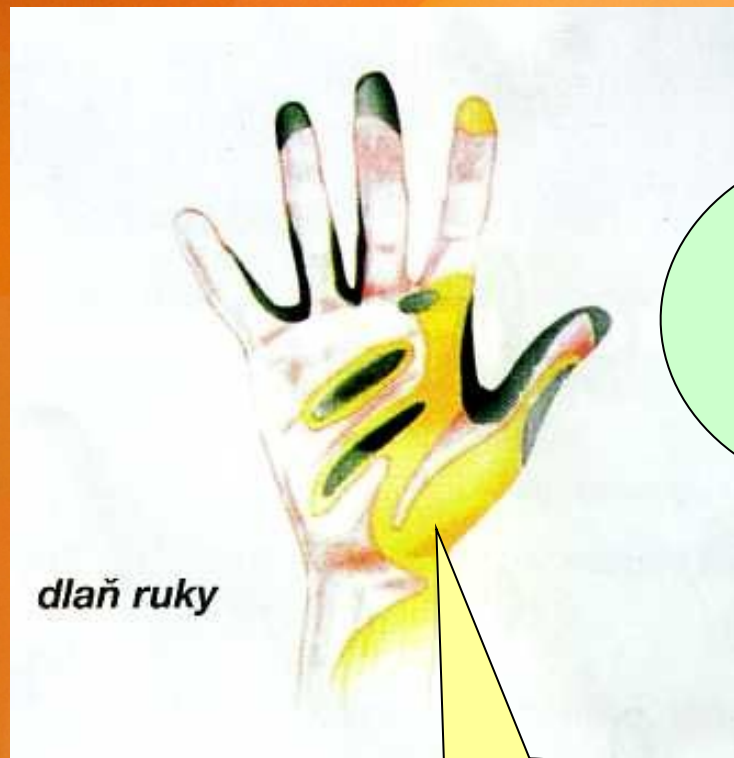
- ❶ precizní pracovní nástroj
- ❷ prostředník přímého i nepřímého přenosu infekce
- ❸ přenos NN prostřednictvím rukou personálu je odhadován na 60 % případů
- ❹ běžným mytím rukou odstraníme pouze 49,8 % mikrobiální flóry
- ❺ studie WHO prokázaly, že pouze 14 - 59 % lékařů a 25 - 45 % sester si myje ruce mezi ošetřením dvou pacientů

Zásady hygieny rukou

Mytí rukou je nejjednodušší a nejlevnější způsob jak zamezit šíření infekce.

- **hygienické zabezpečení rukou ve zdravotní péči upravuje předpis č. 306/2012 Sb. Vyhláška o podmínkách předcházení vzniku a šíření infekčních onemocnění a o hygienických požadavcích na provoz zdravotnických zařízení a ústavů sociální péče**
- **stanovuje jednotný postup zásad osobní hygieny, péče o ruce a jejich přípravu k zdravotnickým výkonům**
- **standardizuje postup mytí a dezinfekce rukou**

Nejčastěji opomíjená místa při mytí rukou



Zelená -
nejvíce
opomíjená



Růžová -
nejlépe
mytá
místa

Žlutá -
opomíjená
místa

Terminologie



- mechanické mytí rukou
- hygienické mytí rukou
- hygienická desinfekce rukou
- chirurgické mytí rukou
- chirurgická desinfekce rukou

Mechanické mytí rukou



- tekuté mýdlo + tekoucí voda (teplota, proud)
- doba 30 sekund (snížení bakteriální zátěže o 1,8-2,0 log.)
- sušení – tkané, elektrické vysoušeče, jednorázové
- dávkovače - dávka 1 ml, pravidelná dezinfekce

Mechanické mytí rukou

Účel

- mechanické smytí nečistoty i přechodné mikroflóry z pokožky rukou

Kdy

- běžný kontakt s pacientem
- po sejmutí rukavic
- je-li viditelné znečištění rukou
- před manipulací z jídlem
- po použití toalety

Hygienické mytí rukou



- s použitím mýdla s dezinfekční složkou
- snižuje bakteriální zátěž o 2 - 3 log.
- méně účinná než hygienická dezinfekce
- doporučována spíše pro potravinářství

Hygienická desinfekce rukou



- dezinfekce rukou s použitím vhodných prostředků na ruce (alkoholový)
- dávka cca 3 ml / 30 sek
- na suché a čisté ruce
- ruce se neotírají ani neoplachují

Hygienická desinfekce

rukou *je při běžném oš. kontaktu
vhodnější než mechanické
mytí rukou.*

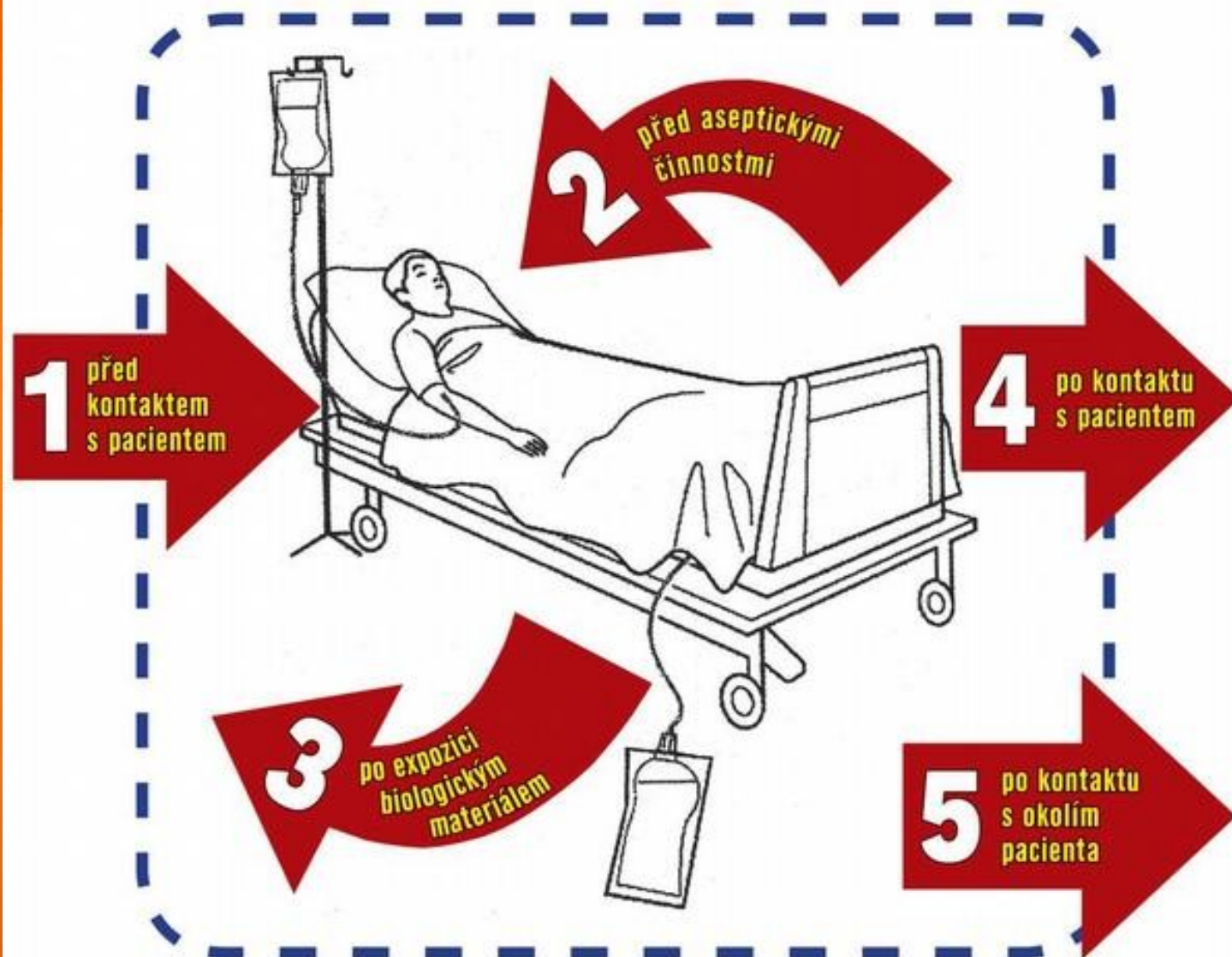
Účel

- redukce přechodné mikroflóry rukou
- zamezit přenosu infekce

Kdy

- součást bariérové ošetrovatelské techniky
- po náhodné kontaminaci biologickým materiálem
- v případě protržení rukavic

KDY DEZINFIKOVAT RUCE

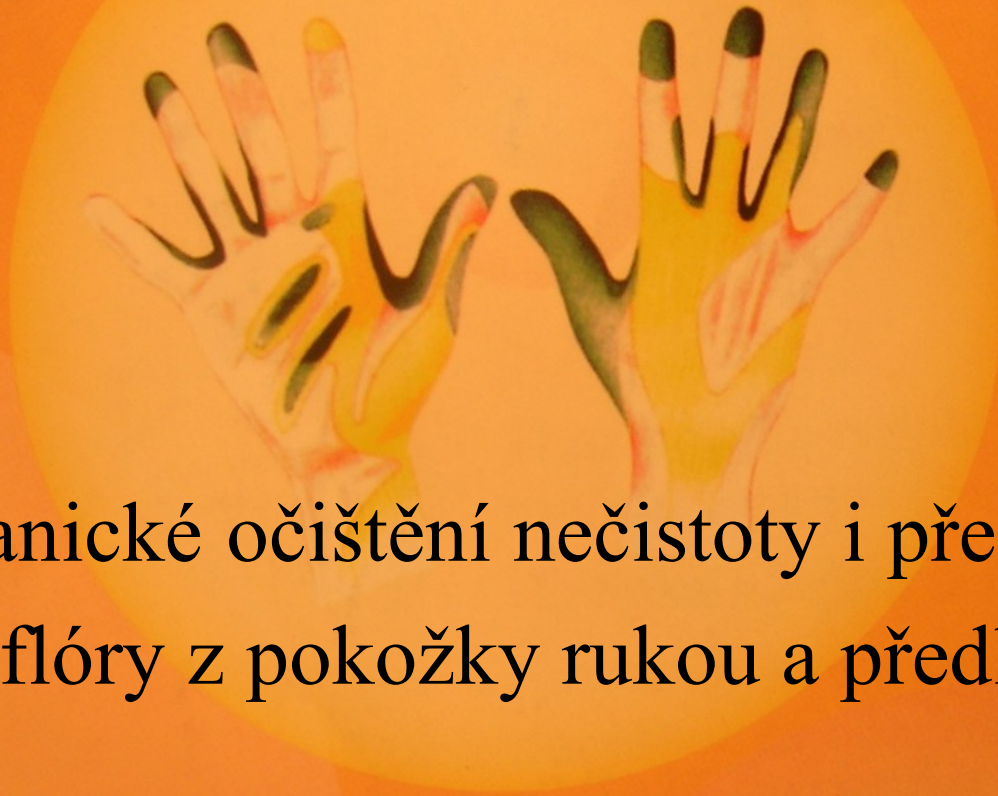


Chirurgické mytí



- běžné tekuté mýdlo, doba 5 min, dávka 1 ml
- tekoucí pitná voda z bezkontaktní vodovodní baterie
- jednorázový nebo sterilní kartáček na ruce – pro nehtová lůžka
- předloktí
- oplach, sušení jednorázovým ručníkem z vhodného dávkovače

Chirurgické mytí



Účel

- mechanické očištění nečistoty i přechodné mikroflóry z pokožky rukou a předloktí

Kdy

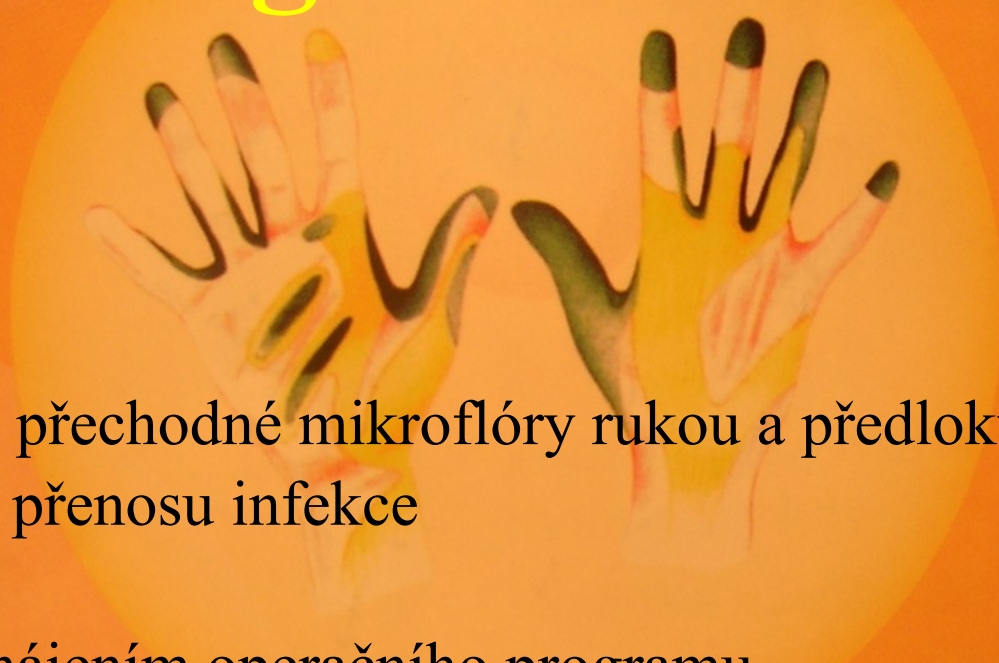
- před zahájením vlastního operačního programu

Chirurgická dezinfekce



- dezinfekční přípravek doporučený k chirurgické dezinfekci rukou
- aplikuje se na suché ruce
- 3 – 5 minut 2 x 10 ml (dle návodu)
- opakovat (ruce neustále vlhké) do zaschnutí
- transientní a většina rezidentní flóry
- od špičky prstů do poloviny předloktí
- ruce se neotírají ani neoplachují

Chirurgická dezinfekce



Účel

- redukce přechodné mikroflóry rukou a předloktí
- zamezit přenosu infekce

Kdy

- před zahájením operačního programu
- mezi jednotlivými operačními výkony
- při porušení celistvosti rukavic nebo jejich výměně

Pomůcky

- prostředek určený k chirurgické dezinfekci rukou
- bezdotykový dávkovač



1. krok
Dlaň na dlaň



2. krok
Pravá dlaň přes hřbet levé
ruky, levá dlaň přes hřbet
pravé ruky



3. krok
Dlaň na dlaň s roztaženými
založenými prsty – mezi prsty



4. krok
Vnější strany prstů proti druhé
dlani s „uzamčenými“ prsty



5. krok
Krouživě mnout levý palec
pravou zavřenou dlaní
a naopak



6. krok
Krouživě mnout tam a zpět
sevržené špičky prstů pravé
ruky na levě dlani a naopak

Desatero mytí a dezinfekce rukou

1. šperky snižují efekt mytí a dezinfekce
2. hygienické mytí trvá 30 vteřin, utření do jednorázového ročníku
3. dezinfikujeme suché ruce (3ml/30 až 60 s) ruce musí být vlhké po celou dobu expozice
4. chirurgické mytí mýdla s dezinfekčním působením, sterilní kartáčky na nehty
5. chirurgická dezinfekce se provádí 5 min, 2x5ml pokožka musí být vlhké po celou dobu expozice

Desatero mytí a dezinfekce rukou

6. do vhodné dezinfekce lze ruce ponořit (doba expirace a expozice)
7. na ruce kontaminované biologickým materiálem použijeme virucidní dezinfekční prostředek
8. po sejmutí rukavic omyjeme ruce vodou a mýdlem
9. po mytí ruce utíráme do sucha a ošetřujeme krémem
10. dávkovací zařízení na mýdla a dezinfekce před doplněním pravidelně myjeme

Mechanické mytí
•součást běžné hygieny
•cca 30s

Hygienická dezinfekce
•cca 30 -60s

**Péče o čistotu rukou
před každým
kontaktem
s nemocným**

mycí prostředek
pitná voda
bezdotykové baterie
sterilní kartáček
jednorázové utěrky

dezinfekční prostředek
bezdotykový dávkovač

Chirurgické mytí rukou
•ruce i předloktí
•cca 1min

**Chirurgická dezinfekce
rukou**
•ruce i předloktí
•před, kontaminace
•cca 5min

*Přenos NN prostřednictvím rukou personálu je
na 60 % případů.*