Гигиена рук: зачем, как и когда?

ЗАЧЕМ?

- Ежедневно тысячи людей в мире умирают от инфекций, которые приобретены в процессе оказания медицинской помощи.
- Руки – основной путь передачи микроорганизмов во время оказания медицинской помощи.
- Поэтому гигиена рук – самая важная мера, позволяющая избежать передачу потенциально вредных микроорганизмов и предотвратить распространение инфекций, связанных с оказанием медицинской помощи.
- В настоящей брошюре разъясняется как и когда следует принимать меры, обеспечивающие гигиену рук.

КТО?

- Любой медицинский работник, лицо, осуществляющее уход за больным, и лицо, оказывающееся в прямом или непрямом контакте с пациентами, должны быть заинтересованы в обеспечении гигиены рук и должны уметь выполнять соответствующие процедуры правильно и в нужное время.

КАК?

- Обрабатывайте ваши руки **антисептиком на спиртовой основе**, это предпочтительное средство для повседневной гигиенической антисептики рук, если на руках нет явных загрязнений. Это средство более быстродействующее, более эффективное и лучше переносится вашими руками, чем мытье мылом и водой.
- **Мойте руки мылом и водой**, если они явно загрязнены или явно испачканы кровью или другими биологическими жидкостями, а также после посещения туалета.
- Если существуют обоснованные подозрения или доказательства того, что был контакт с потенциальными спорообразующими патогенными микроорганизмами, включая вспышки *Clostridium difficile*, предпочтительной мерой гигиены рук является мытье рук мылом и водой.

Все разумные меры предосторожности были приняты Всемирной организацией здравоохранения для проверки информации, содержащейся в данном документе. Тем не менее опубликованные материалы распространяются без какого-либо типа гарантии или подразумеваемой гарантии. Ответственность за интерпретацию и использование материалов ложится на читателя. Всемирная организация здравоохранения ни в коем случае не несет ответственности за ущерб, связанный с использованием этих материалов.

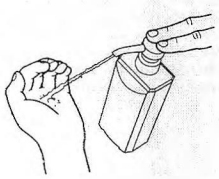
Июнь 2012

КАК ПРОВОДИТЬ ГИГИЕНИЧЕСКУЮ АНТИСЕПТИ… РУК?

ОБРАБАТЫВАЙТЕ РУКИ АНТИСЕПТИКОМ ДЛЯ ОБЕСПЕЧЕНИЯ ГИГИЕНЫ РУК! МОЙТЕ РУКИ, ЕСЛИ ОНИ ЯВНО ЗАГРЯЗНЕНЫ

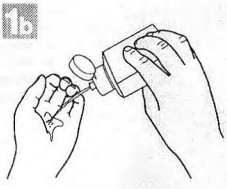
Продолжительность всей процедуры: 20–30 секунд

1a

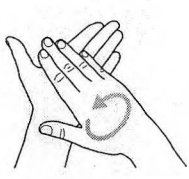


Налейте продукт в сложенную горсткой ладонь, так чтобы покрыть всю поверхность

1b

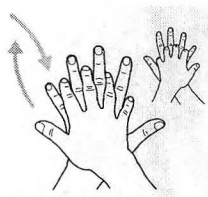


2



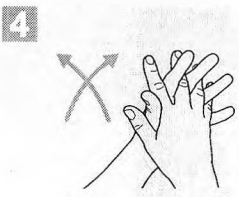
Потрите одну ладонь о другую ладонь

3



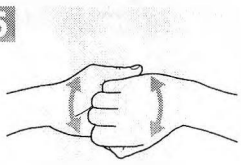
Правой ладонью разотрите тыльную поверхность левой кисти, переплетая пальцы, и наоборот

4



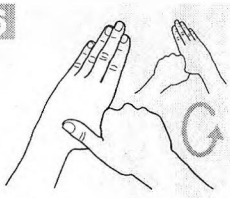
Переплетите пальцы, растирая ладонью ладонь

5



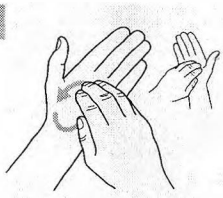
Соедините пальцы в "замок", тыльной стороной согнутых пальцев растирайте ладонь другой руки

6



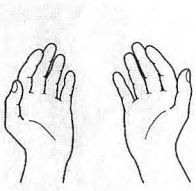
Охватите большой палец левой руки правой ладонью и потрите его круговым движением; поменяйте руки

7



Круговым движением в направлении вперед и назад сомкнутыми пальцами правой руки потрите левую ладонь; поменяйте руки

8



После того как ваши руки высохли, они безопасны

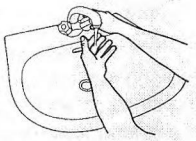
Все репродукции могут представлять собой полезный ресурс для организаций здравоохранения для проверки информации, содержащейся в данном документе.
Тем не менее опубликованный материал распространяется без предоставления какой-либо явной или подразумеваемой гарантии. Ответственность за интерпретацию и использование материала лежит на читателе. Всемирная организация здравоохранения ни в коем случае не несет ответственность за ущерб, связанный с использованием этих материалов.

КАК МЫТЬ РУКИ?

МОЙТЕ РУКИ, ЕСЛИ ОНИ ЯВНО ЗАГРЯЗНЕНЫ! В ОСТАЛЬНЫХ СЛУЧАЯХ ИСПОЛЬЗУЙТЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ГИГИЕНИЧЕСКОЙ АНТИСЕПТИКИ РУК

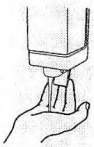
Продолжительность всей процедуры: 40–60 секунд

0



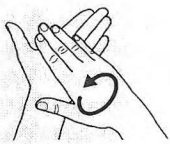
Увлажните руки водой

1



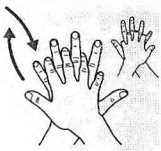
Возьмите достаточное количество мыла, чтобы покрыть все поверхности руки

2



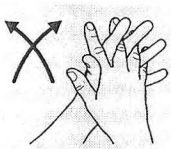
Потрите одну ладонь о другую ладонь

3



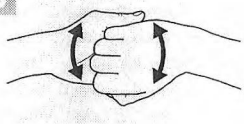
Правой ладонью разотрите тыльную поверхность левой кисти, переплетая пальцы и наоборот

4



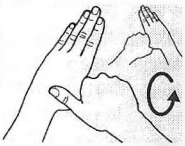
Переплетите пальцы, растирая ладонью ладонь

5



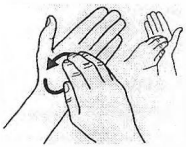
Соедините пальцы в "замок", тыльной стороной согнутых пальцев растирайте ладонь другой руки

6



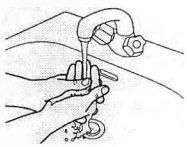
Охватите большой палец левой руки правой ладонью и потрите его круговым движением; поменяйте руки

7



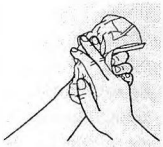
Круговым движением в направлении вперед и назад сомкнутыми пальцами правой руки потрите левую ладонь; поменяйте руки

8



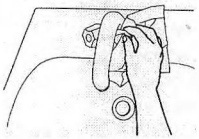
Ополосните руки водой

9



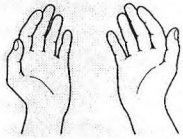
Тщательно высушите руки одноразовым полотенцем

10



Используйте полотенце для закрытия крана

11



Теперь ваши руки безопасны

Уход за руками

- Ухаживайте за руками, используя защитный крем или лосьон для рук по меньшей мере один раз в день
- Не мойте руки мылом и водой непосредственно перед обработкой рук антисептиком на спиртовой основе или сразу после этой процедуры
- Не используйте горячую воду для ополаскивания рук
- После антисептики или мытья рук дайте им полностью высохнуть, прежде чем надевать перчатки.

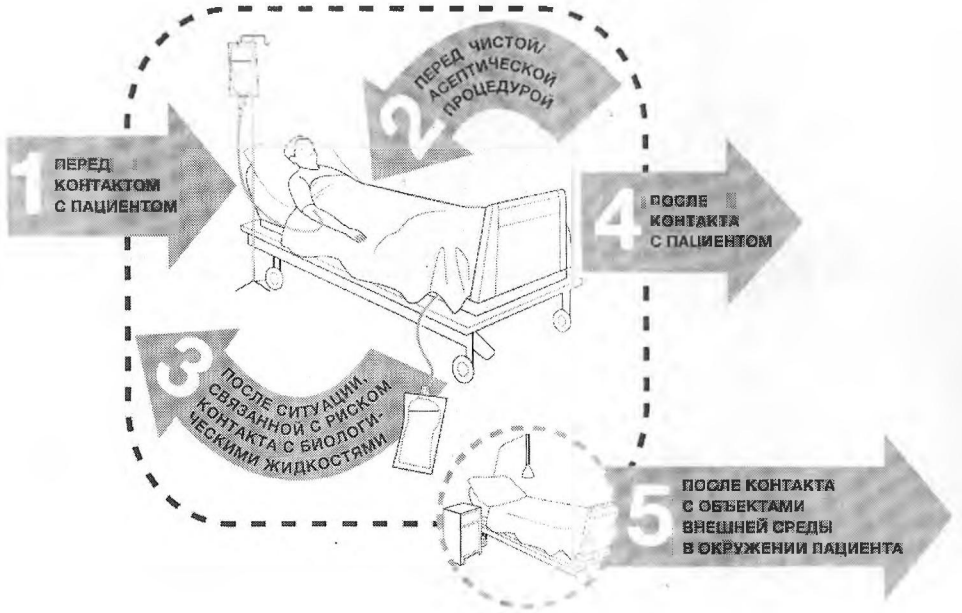
Помните

- Не следует носить искусственные ногти или удлинители ногтей при прямом контакте с пациентами.
- Ногти должны быть коротко подстрижены.

Все позитивные меры предосторожности были приняты Всемирной организацией здравоохранения для проверки информации, содержащейся в данном документе. Тем не менее, опубликованные материалы распространяются без какой-либо четко выраженной или подразумеваемой гарантии. Ответственность за интерпретацию и использование материалов ложится на читателей. Всемирная организация здравоохранения ни в коем случае не несет ответственности за ущерб, связанный с использованием этих материалов.

КОГДА?

ВАШИ 5 МОМЕНТОВ ДЛЯ **ГИГИЕНЫ РУК***



***ПРИМЕЧАНИЕ:** Меры по обеспечению гигиены рук должны применяться при всех указанных показаниях, независимо от того, используете вы перчатки или нет.

Все разумные меры предосторожности были приняты Всемирной организацией здравоохранения для проверки информации, содержащейся в данном документе. Тем не менее опубликованные материалы распространяются без какого-либо явного или подразумеваемого гарантии. Ответственность за интерпретацию и использование материала полностью ложится на читателя. Всемирная организация здравоохранения ни в коем случае не несет ответственности за ущерб, связанный с использованием

1. Перед контактом с пациентом

ЗАЧЕМ? Защитить пациента от потенциально опасных микроорганизмов, находящихся на ваших руках.

КОГДА? Выполните гигиену рук до контакта с пациентом, когда подходите к нему/ней.

Ситуации, в которых применяется Момент 1:

a) перед рукопожатием, перед тем как погладить ребенка по лбу;
b) перед тем, как помочь пациенту провести личную гигиену: передвижение принятие ванны, принятие пищи, одевание и т. д.;
c) перед оказанием помощи и неинвазивными видами лечения: применение кислородной маски, проведение массажа и т. д.;
d) перед проведением неинвазивного физикального обследования: измерение пульса, измерение кровяного давления, аускультация грудной клетки, запись ЭКГ.

2. Перед чистой//асептической процедурой

ЗАЧЕМ? Защитить пациента от проникновения в его/ее организм потенциально опасных микроорганизмов, включая собственную микрофлору пациента

КОГДА? Позаботьтесь о чистоте ваших рук непосредственно перед контактом с критическим ,биотопом, с которым сопряжен риск инфицирования пациента (например, слизистые оболочки, поврежденная кожа, инвазивное медицинское устройство)*

Ситуации, в которых применяется Момент 2:

a) перед чисткой зубов пациента, закапыванием глазных капель, перед проведением пальцевого вагинального или ректального обследования, перед обследованием полости рта, носа, ушей с применением или без применения инструментов, перед введением суппозитория/маточного кольца, перед отсасыванием слизи;
b) перед перевязкой раны с применением или без применения инструментов, перед нанесением мази на волдырь, перед чрезкожной инъекцией/пункцией;
c) перед введением инвазивного медицинского устройства (назальные канюли, назогастральная трубка, эндотрахеальная трубка, мочевой зонд, чрезкожный катетер, дренажная трубка), перед тем, как разъединить/открыть контур инвазивного медицинского аппарата (с целью введения пищи или лекарства, с целью дренирования, отсасывания, мониторинга);
d) перед приготовлением пищи, подготовкой лекарств, фармацевтических продуктов, стерильных материалов.

3. После ситуаций, связанных с риском контакта с биологическими жидкостями

ЗАЧЕМ? Чтобы защитить себя от колонизации или инфицирования потенциально опасных микроорганизмов пациента и защитить внешнюю среду ЛПУ от контаминации.

КОГДА? Выполните гигиену рук сразу после т завершения процедуры, связанной с риском контакта с биологическими жидкостями (и после снятия перчаток).*

Ситуации, в которых применяется Момент 3:

a) после контакта со слизистыми оболочками и с поврежденной кожей;
b) после чрезкожной инъекции или пункции, после введения инвазивного медицинского устройства (сосудистый доступ, катетер, трубка, дренаж и т. д.); после того, как произошло разъединение и открытие контура инвазивного устройства;
c) после удаления инвазивного медицинского устройства;
d) после удаления любого материала, обеспечивающего защиту (салфетки, перевязочный материал, марля, женские прокладки и т. д.);
e) после работы с образцом, содержащим органическое вещество, после смывания выделений и биологических жидкостей, после очистки любых загрязненных поверхностей и материалов (загрязненное постельное белье, зубные протезы, инструменты, мочеприемники, подкладные судна, туалеты и т. д.).

4. После контакта с пациентом

ЗАЧЕМ? Чтобы защитить себя от колонизации или инфицирования потенциально опасных микроорганизмов пациента и защитить внешнюю среду ЛПУ от контаминации.

КОГДА? Выполните гигиену рук после того, как отошли от кровати пациента, если вы дотрагивались до него/нее *.

Ситуации, в которых применяется Момент 4, если они соответствуют последнему контакту с пациентом до того, как вы отошли от него/нее:

a) после рукопожатия, после того, как вы дотронулись до лба ребенка;
b) после того, как вы помогли пациенту в проведении личной гигиены: в передвижении, принятии ванны, принятии пищи, одевании и т. д.;
c) после оказания помощи и других неинвазивных видов лечения: замена постельного белья, когда пациент в кровати, применение кислородной маски, проведение массажа;
d) после неинвазивного физикального обследования: измерение пульса, измерение кровяного давления, аускультация грудной клетки, запись ЭКГ.

5. После контакта с объектами внешней среды в окружении пациента

ЗАЧЕМ? Чтобы защитить себя от колонизации потенциально вредными микроорганизмами пациента, которые могут присутствовать на поверхностях/предметах в окружении пациента, и защитить внешнюю среду ЛПУ от контаминации.

КОГДА? Выполните гигиену рук, когда отходите от пациента, если вы дотрагивались до любого объекта или мебели в непосредственном окружении пациента, даже если вы не касались самого пациента *.

Момент 5 применим к следующим ситуациям, если они соответствуют последнему контакту с объектами внешней среды, окружающими пациента, даже если вы не касались самого пациента:

a) после видов деятельности, включающих физический контакт с предметами в окружении пациента: замена постельного белья в отсутствие пациента, передвижение каталки, уборка на прикроватной тумбочке;
b) после лечебных процедур: корректировка скорости перфузии, проверка сигнальных устройств,
c) после других контактов с поверхностями или неодушевленными предметами (примечание – в идеале старайтесь избегать этих необязательных действий): прикосновения в попытке опереться на кровать, опереться на ночной столик/прикроватную тумбочку.

* **ПРИМЕЧАНИЕ:** Меры по обеспечению гигиены рук должны применяться при всех описанных показаниях, независимо от того, используете вы перчатки или нет.

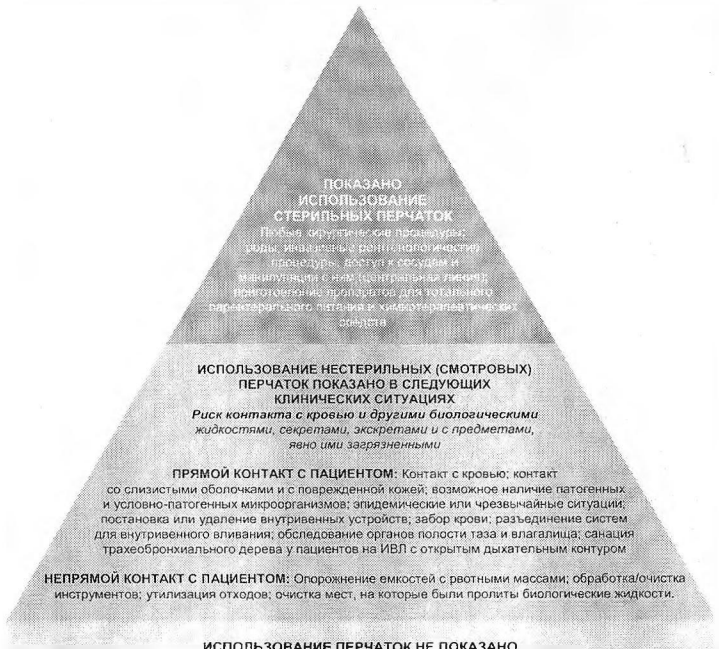
Все права защищены. Воспроизведение, сохранение в информационно-поисковой системе, передача в любой форме и любыми средствами, электронными, механическими, путем копирования, записи или иными способами материалов данного документа допускается только с разрешения ВОЗ. Воспроизведение оригинала с ограничением ответственности ВОЗ, связанной с использованием этих материалов

ГИГИЕНА РУК И ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕДИЦИНСКИХ ПЕРЧАТОК

- Использование перчаток не означает, что нет необходимости в соблюдении чистоты ваших рук.
- Меры по обеспечению гигиены рук нужно принимать в тех случаях, когда в этом есть необходимость, независимо от наличия показаний к использованию перчаток.
- Снимите перчатки для выполнения гигиенической антисептики рук, если соответствующее показание возникает в тот момент, когда ваши руки в перчатках.
- Выбрасывайте перчатки после каждой процедуры и проведите гигиену рук – перчатки могут быть инфицированы микроорганизмами.
- Перчатки следует носить только при наличии показаний, в соответствии со стандартными мерами предосторожности и контактными мерами предосторожности (см. примеры в приводимой ниже пирамиде) – в противном случае их использование может быть сопряжено с серьезным риском передачи и распространения микроорганизмов

Пирамида "Перчатки" поможет принять р… когда следует (или не следует) надевать п…

Перчатки следует носить в соответствии со **СТАНДАРТНЫМИ МЕРАМИ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ** и **КОНТАКТНЫМИ МЕРАМИ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ**. В пирамиде подробно описаны некоторые клинические примеры, когда для использования перчаток нет показаний, а также примеры, в которых имеются показания для использования смотровых и стерильных перчаток,. Меры по гигиене рук следует принимать в тех случаях, когда они необходимы, независимо от наличия показаний к использованию перчаток.



Все разумные меры предосторожности были приняты Министерством здравоохранения для проверки информации, содержащейся в данном документе. Тем не менее опубликованные материалы распространяются без гарантий любого вида, прямой или подразумеваемой. Ответственность за интерпретацию и использование материалов лежит на читателе. Ни министерство здравоохранения, ни кто-либо другой ни в коем случае не несут ответственности за ущерб, связанный с использованием данного материала.