A TISZTA KÉZ SZÁMÍT

„Infekciókontroll tevékenységek gyakorlati megvalósítása a Bugát Pál Kórházban”

Készítette: Juhász Éva
higiénikus
Bugát Pál Kórház

SZÉCHENYI 2020
MAGYARORSZÁG KORMÁNYA
Európai Unió
Európai Szociális Alap
BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

A KÉZ SZEREPÉT FERTŐZÉSEK TOVÁBBVITELÉBEN MINDENKI JÓL ISMERI

- A felmérések mégis azt mutatják, hogy az emberek körülbelül 60%-a nem mos kezet hazaérkezés után, és csupán minden nyolcadik embernek jut eszébe étkezés előtt kezet mosni.
- A szennyezett piszkos kézzel a fertőzések akár 80-90 %- a is továbbítható, legkönnyebben a légúti és a hasmenéses betegségek terjednek a kéz útján.

- A mindennapi tevékenység során az emberi test állandóan szennyeződik. A szennyeződés mértéke, összetétele a test különböző részein eltérő.
- A külső környezettel közvetlenül érintkezésbe kerülő bőrfelszínek közül **a kéz bőre tekinthető a legszennyezettebbnek, esetenként a legfertőzöttebbnek.**

- Ezért a minél alaposabb kézmosás, a fertőzésátvitel megelőzésének egyik leghatásosabb, legegyszerűbb módja, tekintettel arra, hogy a fertőző betegségek 80%-a közvetlen érintkezés útján terjed.
- Néhány óra leforgása alatt 500-1000 baktérium is megtelepedhet a tenyerünkön és az ujjainkon, szennyezve a felületeket, amelyekhez hozzáérünk.

- **Egyes baktériumok húsz percig, mások akár órákig, hetekig is képesek életben maradni.**
- A baktériumok és vírusok terjedésének megakadályozásához a szappanos kézmosás a legjobb, legegyszerűbb és leghatékonyabb módszer.

Hogyan mossunk kezet?

- Nemcsak az a fontos, hogy MIKOR mossunk kezet, hanem az is, hogy HOGYAN, főként, ha ártalmas mikrobákról van szó.
- Nincs szükség semmilyen különleges tisztítószerre vagy eszközre – csak szappanra és vízre!
- A legtöbb ember mindössze 6-7 másodpercet tölt a kézmosással: csak gyorsan bevizezi, beszappanozza és leöblíti a kezét.

Alapos, kellő ideig végzett szappanos kézmosással betegségek nagy része megelőzhető lenne!

- Langyos, folyó vízzel, lehetőleg folyékony szappannal mossunk kezet. Majd textil törülközővel szárazra töröljük.
- Érdemes hetente többször cserélni!

Szappanozzuk be, dörzsöljük össze a két tenyerünket

Mossuk meg alaposan az ujjközöket

Tisztítsuk meg mindkét kézhátat is

Ne feledkezzünk meg a hüvelykujjról sem

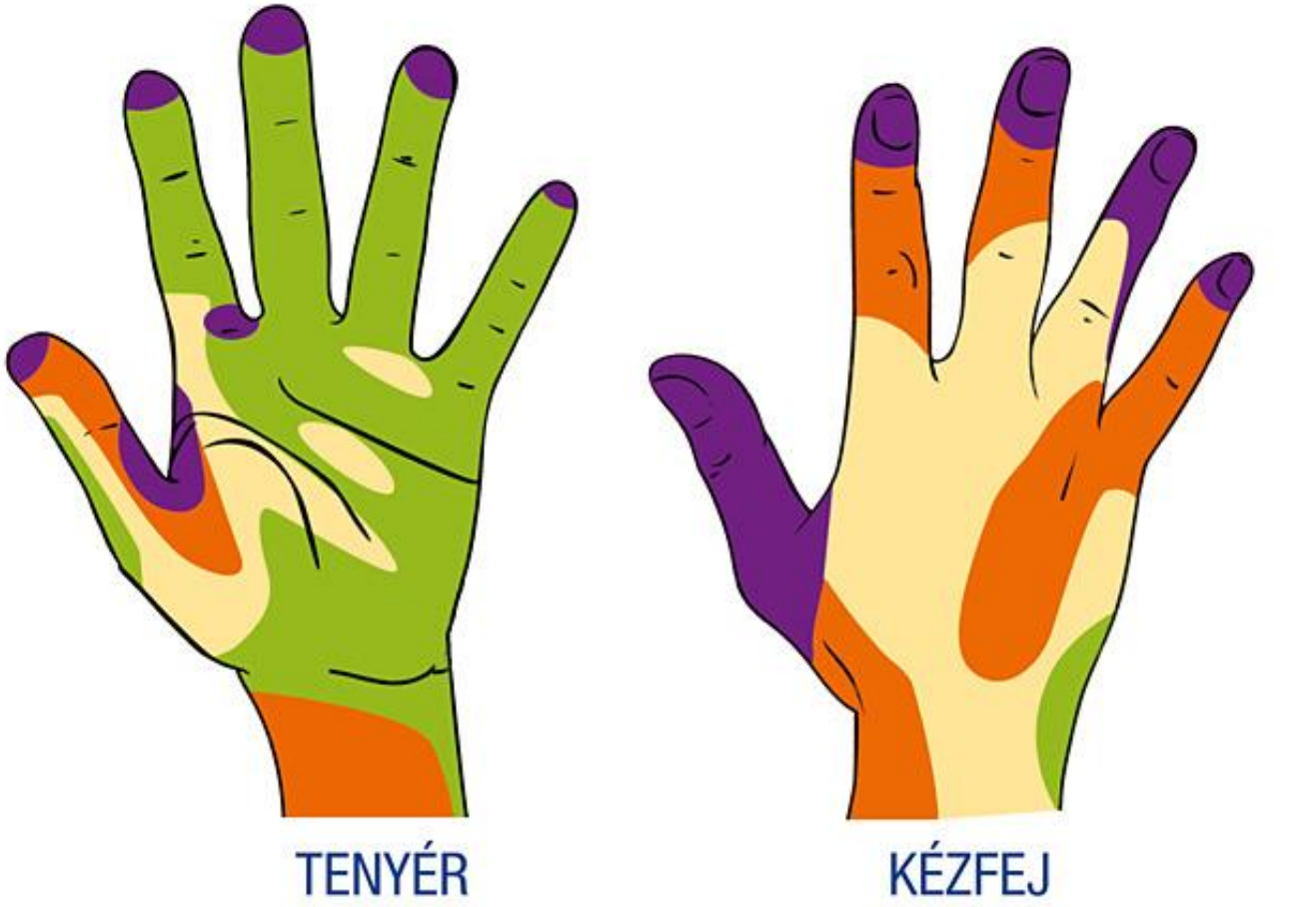
Ezután fordítsuk egymás felé két kezünket és az...

... ujjainkat, majd a tenyerünkben a körmünket,...

...végül a csuklónkat is vegyük sorra, mielőtt...

leöblítenénk és szárazra törölnénk a bőrünket

- A kézmosás során figyeljünk arra, hogy a kézháti részeket, és az ujjbegyeket, és a hüvelykujjat is megtisztítsuk, mert ezek a részek gyakran kimaradnak a kézmosásból.
- Kezünket dörzsöljük össze, a szappant habosítsuk fel, és legalább 30 mp-ig tartson a művelet.
- A körmök alá került szennyeződést körömkefével távolítsuk el.
- A helyes kézmosás fontos egészségünk megőrzéséhez!


TENYÉR
KÉZFEJ
Legtöbbször kihagyott részek
Gyakran kihagyott részek
Általában kihagyott részek
Gyakran mosott részek

Mikor szükséges kezet mosnunk?

- Otthonunkba érkezés után, az első dolgunk kell, hogy legyen az alapos kézmosás!
- Nagyon fontos az étkezés előtti és a WC-használat utáni kézmosás.
- Tömegközlekedés használat után.

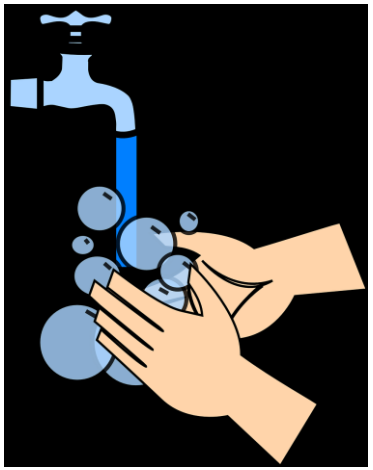
- Köhögés, tüsszentés után a mikrobák a levegőbe kerülnek, ahol a nyálcseppecskéken „utaznak”, egy ideig keringenek, majd leülepednek a környezetben lévő tárgyak felületére.

- Köhögés, tüsszentés után kezet kell mosni
- Állatsimogatás, gondozás után
- Minden alkalommal amikor láthatóan szennyezett a kezünk
- A helyes kézmosás időtartama minimum 30 másodperc.

- Otthonunkban beteg ellátása során, a beteg környezetében lévő használati tárgyakat is érdemes fertőtleníteni, például fertőtlenítő hatású törlőkendővel.
- A konyhában ételkészítésnél nyers hús, illetve földdel szennyezett zöldség feldolgozását követően mindenképpen javasolt egy alapos kézmosás elvégzése!

Miért moss kezet?

- Hogy eltávolíts a kórokozókat a tenyeredről és a környezetedből
- Hogy minél kevesebbszer fertőződj meg és fertőzz meg másokat
- Hogy te is segíts megelőzni a fertőzések terjedését



A mindennapokban szappanos kézmosással, a kórházi ellátásban alkoholos kézfertőtlenítővel távolíthatóak el az estleges mikrobák

- Amennyiben kórházba érkezünk, mint látogató, a képen látható automata adagolós kéz-fertőtlenítőszerrel tudnak alkoholos kézbedörzsölést alkalmazni.
- Intézményünk A biztonságos betegellátás keretében 65 db érintésmenetes szenzoros kézfertőtlenítő adagolót kapott.

- Melyek megtalálhatóak a fekvőbeteg osztályok belépési pontjain, és az osztály több pontján.

HIGIÉNÉS KÉZFERTŐTLENÍTŐ!
Kérjük, betegeink és saját érdekében használja a berendezést!
Steripower
BITTE
DESINFIZIEREN SIE IHRE HÄNDE
PLEASE
DISINFECT YOUR HANDS
Manusept basic

Steripower
BITTE
DESINFIZIEREN SIE IHRE HÄNDE
PLEASE
DISINFECT YOUR HANDS

KÖSZÖNÖM A FIGYELMET!

SZÉCHENYI 2020
MAGYARORSZÁG KORMÁNYA
Európai Unió
Európai Szociális Alap
BEFEKTETÉS A JÖVŐBE