

ΥΓΙΕΙΝΗ ΧΕΡΙΩΝ

Η χρήση των γαντιών δεν είναι πάντα απαραίτητη αλλά είναι πάντα απαραίτητη η υγιεινή των χεριών!

ΓΙΑΤΙ Η ΥΓΙΕΙΝΗ ΧΕΡΙΩΝ ΕΙΝΑΙ ΤΟΣΟ ΣΗΜΑΝΤΙΚΗ;

- Στις χώρες της Ευρωπαϊκής Ένωσης **8** στους **100** ασθενείς θα αναπτύξουν **τουλάχιστον μια λοίμωξη** που σχετίζεται με τη παρεχόμενη φροντίδα κατά τη διάρκεια της νοσηλείας τους¹.
- Τα **χέρια είναι ο κύριος τρόπος μετάδοσης μικροβίων** κατά τη διάρκεια νοσηλείας.
- Η αύξηση της συμμόρφωσης στην υγιεινή των χεριών **μειώνει τις λοιμώξεις** και τους αποικισμούς από **πολυανθεκτικά μικρόβια**^{2,3}.

ΠΩΣ ΕΦΑΡΜΟΖΟΥΜΕ ΥΓΙΕΙΝΗ ΧΕΡΙΩΝ;^{3,4,5,6}



- Με **αλκοολούχα αντισηπτικά διαλύματα** (συγκέντρωση αλκοόλης πάνω από **60%** έως και **90%**) για **20"-30"**.
- Με **σαπούνι και νερό** για **40"-60"** όταν τα χέρια είναι **εμφανώς λερωμένα** ή όταν υπάρχει υποψία ή επιβεβαιωμένο κρούσμα από *Cl. difficile*, *Norovirus*, *Cryptosporidium*.

ΠΟΤΕ ΕΦΑΡΜΟΖΟΥΜΕ ΥΓΙΕΙΝΗ ΧΕΡΙΩΝ;^{3,4,5,6}

- 1) Πριν την επαφή με τον ασθενή** (π.χ. κλινική εξέταση, χειραψία)
- 2) Πριν από άσηπτη/καθαρή τεχνική** (π.χ. τοποθέτηση κεντρικής φλεβικής γραμμής, αιμοληψία, τοποθέτηση Levin, τοποθέτηση μάσκας οξυγόνου)
- 3) Μετά από επαφή με βιολογικά υγρά** (π.χ. άδειασμα ουροσυλλέκτη)
- 4) Μετά την επαφή με τον ασθενή** (π.χ. μετά τη λήψη αρτηριακής πίεσης)
- 5) Μετά την επαφή με το περιβάλλον του ασθενούς** (π.χ. μετά από επαφή με τα κλινοσκεπάσματα, κρεβάτι, κομοδίνο)

ΑΜΕΣΩΣ ΠΡΙΝ ΚΑΙ ΑΜΕΣΩΣ ΜΕΤΑ ΤΗΝ ΕΠΑΦΗ ΜΕ ΤΟΝ ΑΣΘΕΝΗ

