



Αρ. Πρωτοκόλλου 1

Έκδοση 1^η

Απρίλιος 2013

Σελίδα 1 από 8

ΤΙΤΛΟΣ ΠΡΩΤΟΚΟΛΛΟΥ

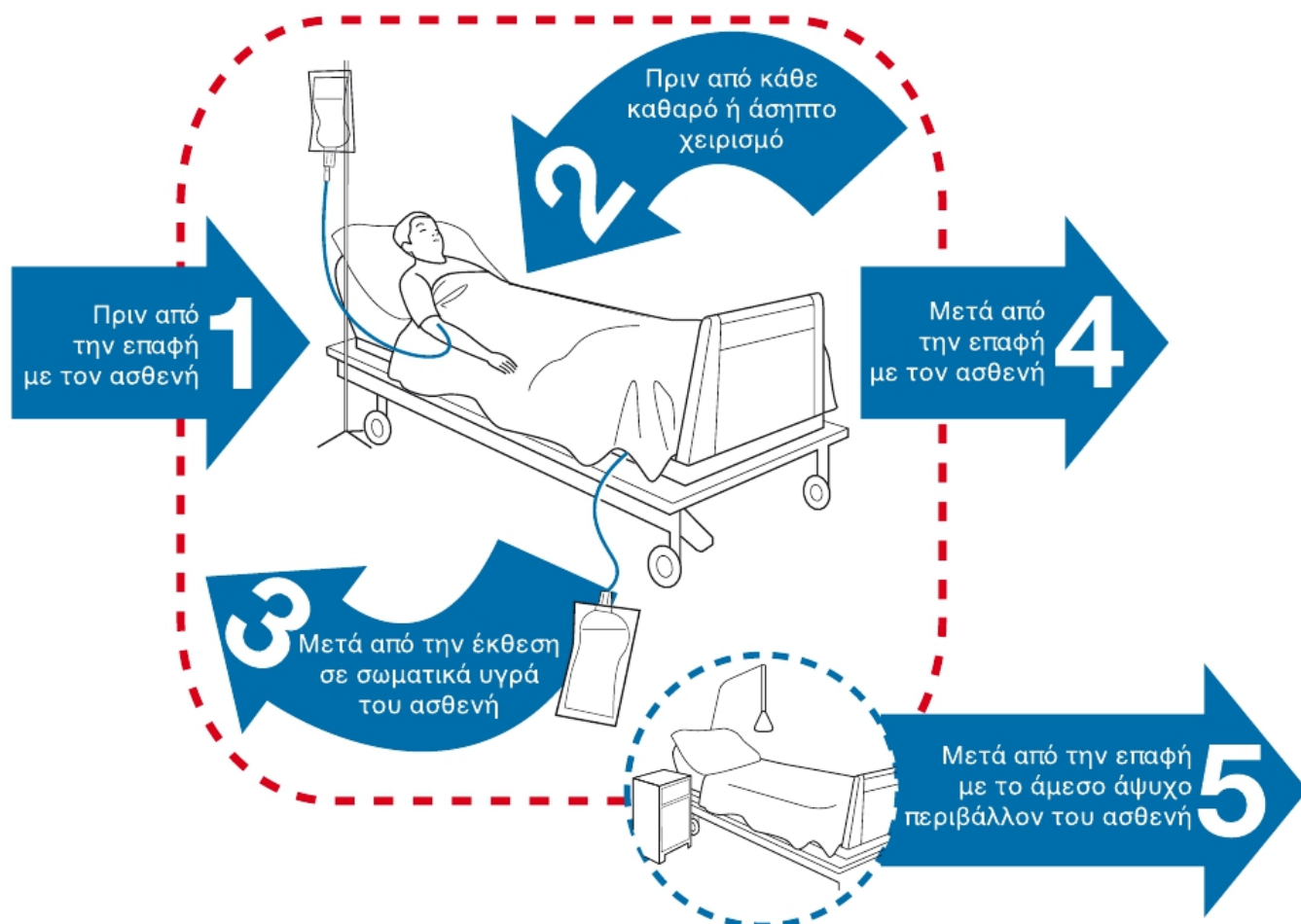
ΥΓΙΕΙΝΗ ΤΩΝ ΧΕΡΙΩΝ ΧΡΗΣΗ ΓΑΝΤΙΩΝ

Συντακτική Ομάδα	Κουράκος Μιχαήλ Διπλού Αγγελική Κανατά Αγγελική
Συντονιστική Ομάδα	Γραφείο Εκπαίδευσης Νοσηλευτικής Υπηρεσίας Γραφείο Ποιότητας
Διευθύντρια Νοσηλευτικής Υπηρεσίας	Τσάνη Παρασκευή
Πρόεδρος Ε.Ν.Α.	Κούτσια – Καρούζου Χρυσούλα
Πρόεδρος Επιστημονικού Συμβουλίου	Σαράφης Κυριάκος
Διοικητής & Πρόεδρος Δ.Σ. Γ.Ν. «ΑΣΚΛΗΠΕΙΟΥ» Βούλας	Κεχαγιάς Δημήτριος
Απόφαση Δ.Σ: της Υπ' αριθμ. 5 ^{ης} /28-3-2013 Συνεδρίασης	Κάθε αντίγραφο του παρόντος εγγράφου ισχύει μόνο όταν φέρει τη σφραγίδα πηγής πρόελευσης: ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ Γ.Ν. «ΑΣΚΛΗΠΕΙΟ» ΒΟΥΛΑΣ

ΕΙΣΑΓΩΓΗ:

Η υγιεινή των χεριών αποτελεί έναν από τους βασικότερους παράγοντες για την ασφάλεια των ασθενών σε χώρους παροχής υπηρεσιών υγείας και την πρόληψη των Νοσοκομειακών λοιμώξεων. Χαρακτηριστική είναι η αλληγορική φράση «οι 10 κυριότερες αιτίες πρόκλησης των Νοσοκομειακών λοιμώξεων είναι τα 10 δάκτυλα των χεριών μας».

ΤΑ 5 ΒΗΜΑΤΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΥΓΙΕΙΝΗ ΤΩΝ ΧΕΡΙΩΝ



1	Πριν από την επαφή με τον ασθενή	ΠΟΤΕ; ΓΙΑΤΙ;	Εφάρμοσε την υγιεινή των χεριών πριν αγγίξεις τον ασθενή. Για να τον προστατεύεις από τα παθογόνα μικρόβια που μεταφέρονται με τα χέρια σου.
2	Πριν από κάθε καθαρό ή άσηπτο χειρισμό	ΠΟΤΕ; ΓΙΑΤΙ;	Εφάρμοσε την υγιεινή των χεριών αμέσως ΠΡΙΝ από κάθε καθαρή ή άσηπτη διαδικασία Για να προστατεύσεις τον ασθενή από μεταφορά μικροβίων που αποικίζουν εσένα και τον ίδιο και μπορούν να γίνουν παθογόνα εάν εισέλθουν στην κυκλοφορία του.
3	Μετά από την έκθεση σε σωματικά υγρά του ασθενή	ΠΟΤΕ; ΓΙΑΤΙ;	Εφάρμοσε την υγιεινή των χεριών αμέσως ΜΕΤΑ από κίνδυνο έκθεσης σε σωματικά υγρά του ασθενή (και αμέσως μετά την απόρριψη των γαντιών). Για να προστατεύσεις τον εαυτό σου και το επαγγελματικό σου περιβάλλον από τα παθογόνα μικρόβια του ασθενή.
4	Μετά από την επαφή με τον ασθενή	ΠΟΤΕ; ΓΙΑΤΙ;	Εφάρμοσε την υγιεινή των χεριών μετά την επαφή με τον ασθενή και το άμεσο περιβάλλον του. Για να προστατεύσεις τον εαυτό σου και το επαγγελματικό σου περιβάλλον από τα παθογόνα μικρόβια του ασθενή.
5	Μετά από την επαφή με το άμεσο άψυχο περιβάλλον του ασθενή	ΠΟΤΕ; ΓΙΑΤΙ;	Εφάρμοσε την υγιεινή των χεριών εφόσον αγγίξεις αντικείμενα ή έπιπλα που βρίσκονται στο άμεσο άψυχο περιβάλλον του ασθενή, ακόμα και αν δεν έχεις αγγίξει τον ίδιο. Για να προστατεύσεις τον εαυτό σου και το επαγγελματικό σου περιβάλλον από τα παθογόνα μικρόβια του ασθενή.

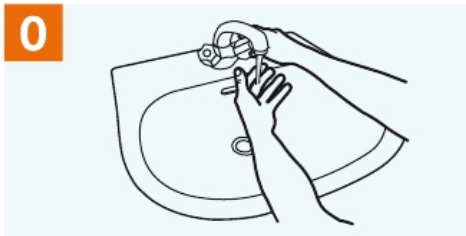
ΥΓΙΕΙΝΗ ΤΩΝ ΧΕΡΙΩΝ

ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΕΣ ΕΝΕΡΓΕΙΕΣ	ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ	ΕΠΙΣΗΜΑΝΣΕΙΣ
Πλύσιμο των χεριών με νερό και σαπούνι.	<ol style="list-style-type: none">1. Μόνο όταν τα χέρια είναι εμφανώς λερωμένα ή έχουν έρθει σε επαφή με σωματικά υγρά.2. Εάν υπάρχει έκθεση (πιθανή ή επιβεβαιωμένη) σε σπορογόνους μικροοργανισμούς συμπεριλαμβανομένου του Clostridium difficile.3. Πριν τη λήψη φαγητού.4. Μετά την χρήση τουαλέτας.	<ul style="list-style-type: none">-Απαγορεύονται οι πλάκες σαπουνιού.-Προτιμούνται επιτοίχιες συσκευασίες όταν χρησιμοποιείται υγρό σαπούνι.-Οι σαπουνοθήκες θα πρέπει να ξεπλένονται και να στεγνώνουν κάθε φορά που χρειάζεται να ξαναγεμίσουν για την αποφυγή μόλυνσης τους.
Εφαρμογή αλκοολούχου διαλύματος.	Συστηματικά στην καθημερινή πρακτική εφόσον τα χέρια ΔΕΝ είναι εμφανώς λερωμένα και επομένως δεν απαιτείται η εφαρμογή της τεχνικής πλυσίματος των χεριών.	<ul style="list-style-type: none">-Δεν χρησιμοποιούμε αλκοολούχο διάλυμα όταν φοράμε γάντια.-Το προσωπικό που εργάζεται με ασθενείς υψηλού κινδύνου (ΜΕΘ,Χειρουργείο) δεν φορά ψεύτικα νύχια.-Τα νύχια πρέπει να είναι καλά κομμένα.

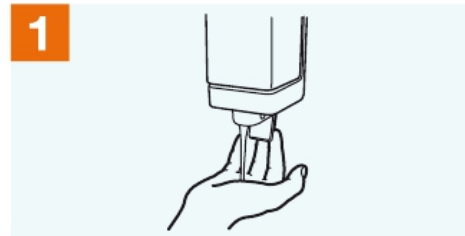
ΠΟΙΟΣ ΕΙΝΑΙ Ο ΣΩΣΤΟΣ ΤΡΟΠΟΣ ΠΛΥΣΙΜΑΤΟΣ ΤΩΝ ΧΕΡΙΩΝ;

Πλύνετε τα χέρια με σαπούνι και νερό μόνο όταν αυτά είναι εμφανώς λερωμένα! Αλλιώς εφαρμόστε αλκοολούχο αντισηπτικό!

 Διάρκεια της συνολικής διαδικασίας: **40-60 δευτερόλεπτα**



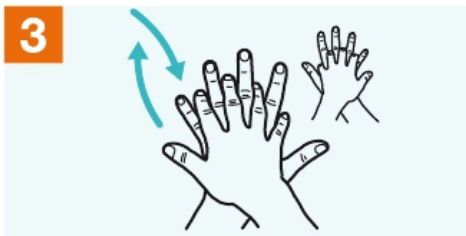
0 Ανοίγουμε τη βρύση και βρέχουμε τα χέρια μας με τρεχούμενο νερό.



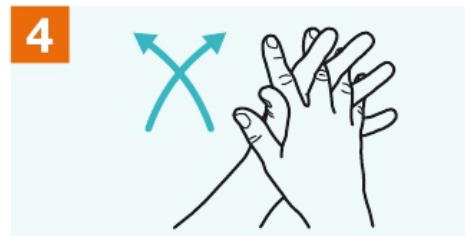
1 Λαμβάνουμε την απαραίτητη δόση σαπουνιού ώστε να καλυφθούν όλες οι επιφάνειες των χεριών.



2 Τρίβουμε τις παλάμες μεταξύ τους.



3 Τρίβουμε την παλάμη του δεξιού χεριού πάνω στην ραχιαία επιφάνεια του αριστερού χεριού βάζοντας τα δάκτυλα του δεξιού στα μεσοδακτύλια διαστήματα του αριστερού χεριού και αντιστρόφως.



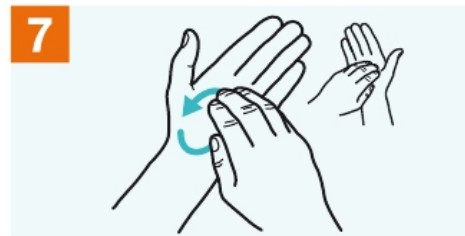
4 Τρίβουμε τις παλαμιαίες επιφάνειες των χεριών και τα μεσοδακτύλια διαστήματα τοποθετώντας τα δάκτυλα σταυρωτά.



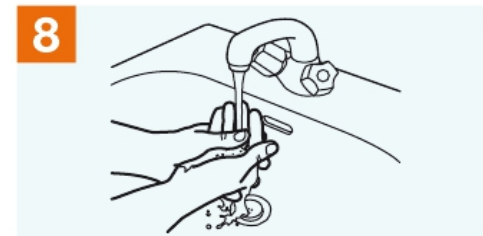
5 Τρίβουμε ταυτόχρονα τις ραχιαίες επιφάνειες των ακροδαχτύλων και των δύο χεριών κλείνοντας το κάθε χέρι μέσα στην παλάμη του άλλου χεριού.



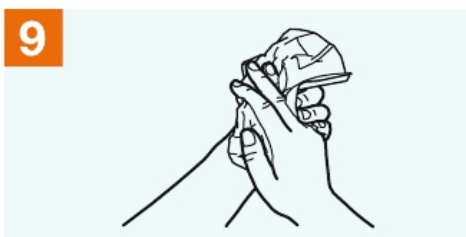
6 Κλείνουμε τον αντίχειρα του αριστερού χεριού μέσα στην παλάμη του δεξιού χεριού, τον τρίβουμε με περιστροφικές κινήσεις και αντιστρόφως.



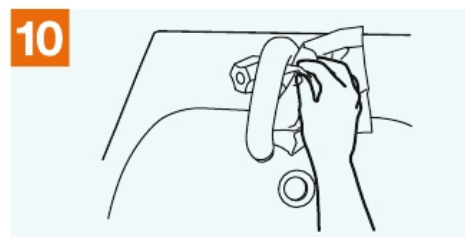
7 Τρίβουμε τα ακροδάχτυλα του δεξιού χεριού με περιστροφικές κινήσεις (της ίδιας και αντίθετης φοράς) στην παλάμη του αριστερού χεριού και αντιστρόφως.



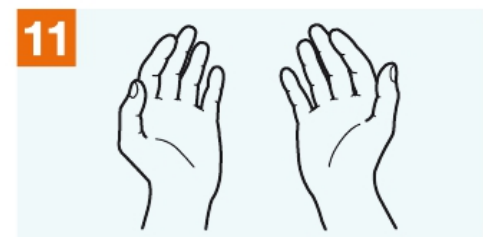
8 Ξεπλένουμε καλά τα χέρια μας με νερό.



9 Στεγνώνουμε καλά τα χέρια με χειροπετσέτα μιας χρήσεως.



10 Χρησιμοποιούμε την ίδια χειροπετσέτα για να κλείσουμε τη βρύση.

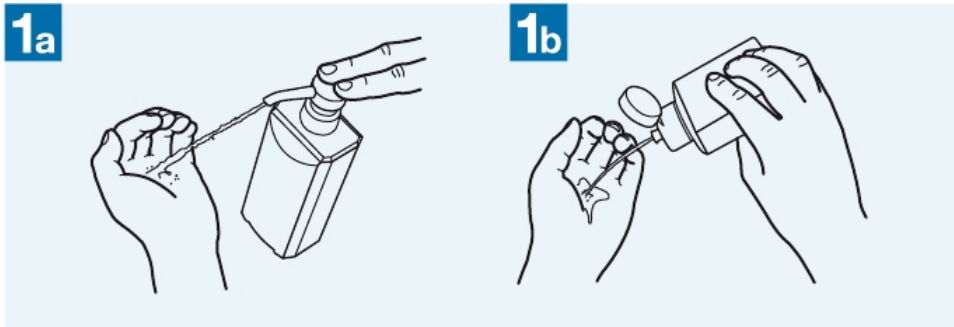


11 Τα χέρια μας τώρα είναι καθαρά και ασφαλή.

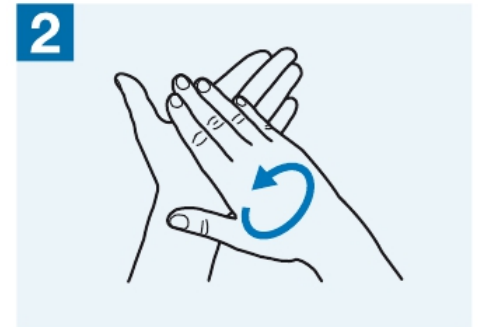
ΠΟΙΟΣ ΕΙΝΑΙ Ο ΣΩΣΤΟΣ ΤΡΟΠΟΣ ΕΦΑΡΜΟΓΗΣ ΤΟΥ ΑΛΚΟΟΛΟΥΧΟΥ ΑΝΤΙΣΗΠΤΙΚΟΥ;

Εφαρμόστε αλκοολούχο αντισηπτικό στα χέρια!
Πλύνετε τα χέρια με σαπούνι και νερό μόνο όταν αυτά είναι εμφανώς λερωμένα!

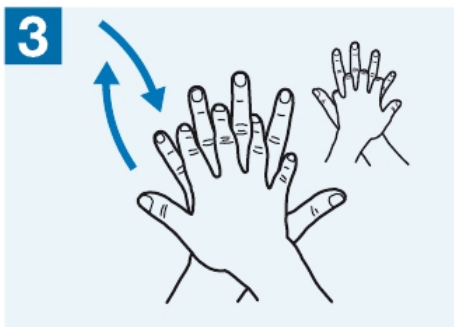
 Διάρκεια της συνολικής διαδικασίας: 20-30 δευτερόλεπτα



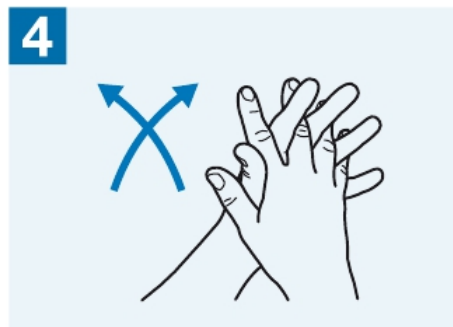
1a Βάζουμε στην παλάμη μας την ενδεικνυόμενη δόση του αλκοολούχου αντισηπτικού διαλύματος, ώστε να καλύπτονται όλες οι επιφάνειες.



2 Τρίβουμε τις παλάμες μεταξύ τους.



3 Τρίβουμε την παλάμη του δεξιού χεριού πάνω στην ραχιαία επιφάνεια του αριστερού χεριού βάζοντας τα δάκτυλα του δεξιού στα μεσοδακτύλια διαστήματα του αριστερού χεριού και αντιστρόφως.



4 Τρίβουμε τις παλαμιαίες επιφάνειες των χεριών και τα μεσοδακτύλια διαστήματα τοποθετώντας τα δάκτυλα σταυρωτά.



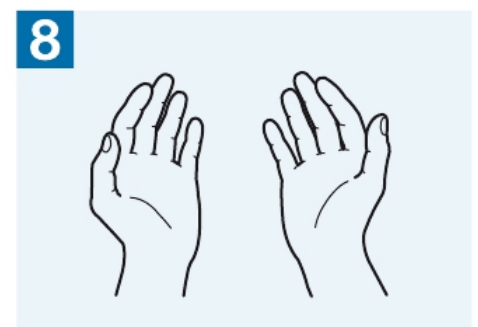
5 Τρίβουμε ταυτόχρονα τις ραχιαίες επιφάνειες των ακροδαχτύλων και των δύο χεριών κλείνοντας το κάθε χέρι μέσα στην παλάμη του άλλου χεριού.



6 Κλείνουμε τον αντίχειρα του αριστερού χεριού μέσα στην παλάμη του δεξιού χεριού, τον τρίβουμε με περιστροφικές κινήσεις και αντιστρόφως.



7 Τρίβουμε τα ακροδάχτυλα του δεξιού χεριού με περιστροφικές κινήσεις (της ίδιας και αντίθετης φοράς) στην παλάμη του αριστερού χεριού και αντιστρόφως.



8 Εφόσον στεγνώσουν τα χέρια σας είναι ασφαλή.

ΧΡΗΣΗ ΓΑΝΤΙΩΝ

ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΕΣ ΕΝΕΡΓΕΙΕΣ	ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ	ΕΠΙΣΗΜΑΝΣΕΙΣ
Χρήση γαντιών.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Κατά την επαφή ή την εκτέλεση εργασιών που εγκυμονούν κινδύνους επαφής με αίμα ή βιολογικά υγρά. 2. Κατά την απομάκρυνση μολυσμένων αντικειμένων και τον καθαρό μολυσμένων επιφανειών. 3. Όταν απαιτείται η εφαρμογή ειδικών προφυλάξεων επαφής (Salmonella, πολυανθεκτικούς μικροοργανισμούς κλπ). 	<p>-Η υγιεινή των χεριών (αντισηψία) εφαρμόζεται πάντα πριν την χρήση των γαντιών.</p> <p>-Τα γάντια δεν παρέχουν προστασία από τραυματισμούς που προκαλούν οι βελόνες ή τα άλλα αιχμηρά αντικείμενα.</p> <p>-Τα γάντια χρησιμοποιούνται όταν πρέπει και δεν πρέπει να αγγίζονται με αυτά καθαρές επιφάνειες (πόμολα, τηλέφωνα κλπ).</p>
Αφαίρεση γαντιών.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Μετά την επαφή με τον ασθενή και πριν την φροντίδα του επόμενου. 2. Μετά την επαφή με μολυσμένη περιοχή και πριν την επαφή με άλλη περιοχή κατά την φροντίδα του ίδιου ασθενή. 3. Όταν σχισθούν ή μολυνθούν. 	<p>-Η υγιεινή των χεριών (αντισηψία) εφαρμόζεται πάντα μετά την αφαίρεση των γαντιών.</p> <p>-Πρέπει να τηρείται η σωστή τεχνική εξαγωγής των γαντιών (εικόνα σελ.7).</p> <p>-Τα απλά και τα χειρουργικά γάντια μετά την χρήση τους απορρίπτονται και δεν επαναχρησιμοποιούνται.</p>
		<p><u>Χρήση αποστειρωμένων γαντιών:</u> πριν από κάθε χειρουργική επέμβαση, επεμβατική πράξη π.χ τοποθέτηση κεντρικού IV καθετήρα, προετοιμασία παρεντερικής σίτισης και χημειοθεραπευτικής αγωγής.</p> <p><u>Χρήση απλών γαντιών:</u> άμεση επαφή με αίμα , σωματικές εκκρίσεις (π.χ τοποθέτηση IV καθετήρα, καθαρισμός εργαλείων,</p>

καθαρισμός επιφανειών από αίμα κλπ).

Δεν χρειάζονται γάντια:

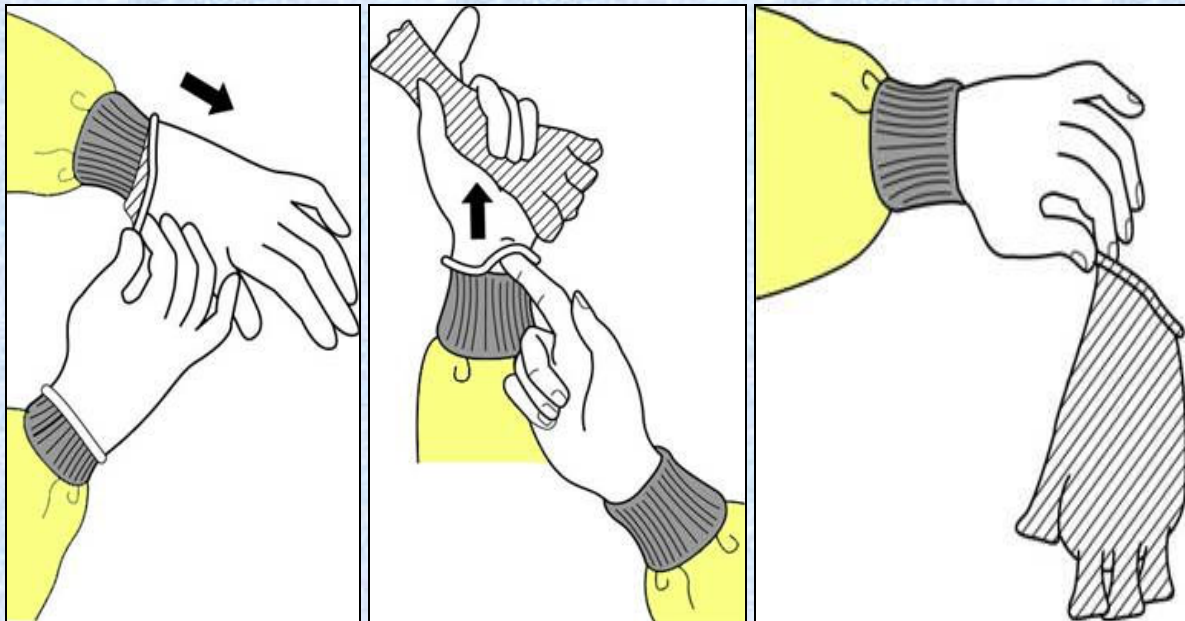
Κατά την λήψη ΑΠ, θερμομέτρηση κλπ. εκτός εάν απαιτείται εφαρμογή ειδικών προφυλάξεων επαφής.

Σε εργώδεις χειρουργικές επεμβάσεις μπορούν να χρησιμοποιούνται ειδικά ενισχυμένα γάντια.

Τα λαστιχένια γάντια οικιακής χρήσης (γενική καθαριότητα) μπορούν να πλυθούν με νερό και απορρυπαντικό και να επαναχρησιμοποιηθούν.

Όταν υπάρχουν αλλοιώσεις απορρίπτονται.

ΤΕΧΝΙΚΗ ΕΞΑΓΩΓΗΣ ΓΑΝΤΙΩΝ



1. Πιάστε το εξωτερικό μέρος του γαντιού, στο σημείο που βρίσκεται κοντά στον καρπό.
2. Τραβήξτε προς τα έξω το γάντι γυρίζοντας ταυτόχρονα το μέσα-έξω.
3. Κρατήστε το με το άλλο χέρι που έχει ακόμα το γάντι.
4. Εισάγετε το δάκτυλο του χεριού που δεν έχει γάντι κάτω από το γάντι, στο σημείο του καρπού.
5. Τραβήξτε από μέσα προς τα έξω δημιουργώντας ένα σακουλάκι και για τα δύο γάντια.
6. Απορρίψτε τα γάντια.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ:

- WHO Guidelines on Hand Hygiene in Health Care. First Global Patient Safety Challenge. Clean Care is Safer Care (2009) . Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο:
http://whqlibdoc.who.int/publications/2009/9789241597906_eng.pdf
- Center for disease control and prevention, MMWR, Recommendations and Reports, Guideline for Hand Hygiene in Health-Care Settings, October 25, 2002/ Vol.51/No.RR-16.
- Κέντρο Ελέγχου και Πρόληψης Νοσημάτων , Κατευθυντήριες Οδηγίες για την Υγιεινή των Χεριών και την Χρήση Γαντιών στο Νοσοκομείο , Αθήνα 2007 . Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: <http://www.keelpno.gr/el>