

HYGIENA RUKOU

**NEJEDNODUŠŠÍ ZPŮSOB,
JAK ZASTAVIT ŠÍŘENÍ BAKTERIÍ,
JE SPRÁVNÁ HYGIENA RUKOU**

Cílem tohoto letáku je obrátit vaši pozornost na dodržování hygienických pravidel mytí a dezinfekce rukou, která vedou ke snížení nemocničních infekcí a zajišťují tak bezpečnost pacientů. Současně vás naučí jak si správně mýt a dezinfikovat ruce a aktivně chránit své zdraví.

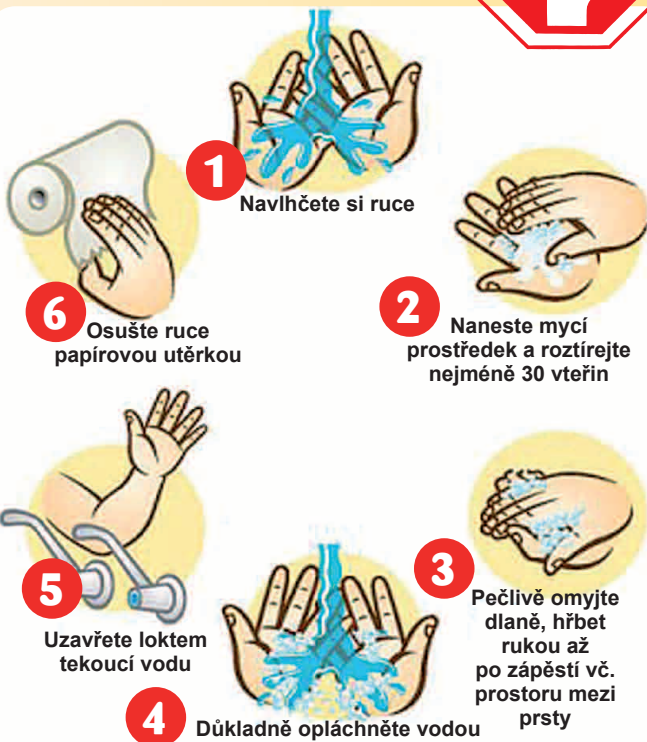
Mytí rukou

Mytí rukou mýdlem a vodou je jednoduchou a velice účinnou formou, jak šíření bakterií omezit. Správné mytí rukou nám zaručuje odstranění mikroorganismů na úroveň, která již nepředstavuje hrozbu infekce.

Mytí rukou provádějte vždy:

- před jídlem,
- po použití toalety,
- při znečištění rukou.

Postup při mytí rukou:



Hygienická dezinfekce rukou

snižuje množství přechodné mikroflóry z pokožky rukou s cílem přerušit cestu přenosu mikroorganismů. **Alkoholový dezinfekční přípravek** najdete před každým vstupem na oddělení, na chodbách nebo na pokojích pacientů.

Dezinfekci rukou provádějte vždy:

- při vstupu a odchodu z oddělení,
- při kašli a kýchání použijte papírové jednorázové kapesníky, zakryjte si ústa a nos, poté nezapomeňte si provést dezinfekci rukou.

Postupujte podle jednoduchých kroků:

- na ruce použijte dezinfekční přípravek, který je v dávkovači,
- dezinfekční prostředek cca 3 ml vtírejte, po dobu 20 sekund do suché pokožky rukou do úplného zaschnutí,
- ruce si neoplachujte ani neotírejte.



1
Aplikujte dezinfekční prostředek na dlaně jedné ruky.



2
Přelijte přebytek dezinfekčního roztoku z jedné dlaně do druhé.



3
Rozetřete přípravek na celý povrch obou rukou a věnujte zvláštní pozornost prstům.



4
Pokračujte v rozetírání dezinfekčního roztoku do zaschnutí.

Důsledné dodržování hygieny rukou podle pravidel může výskyt infekcí zásadně snížit.

Tyto materiály jsou určeny výhradně pro osobní potřebu onkologických pacientů a jsou chráněny zákonem č. 121/2000 Sb., o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon). Rozmnožování, rozšiřování či jiné užívání těchto materiálů bez písemného souhlasu Masarykova onkologického ústavu je nepřipustné.

© MOÚ 2018

Děkujeme vám, že dodržujete pokyny a nejste těmi, kteří nemocniční infekci předávají dál.