

Hygienické zabezpečení rukou ve zdravotní péči

Hygienické mytí rukou má použitím mycích prostředků zabezpečit odstranění nečistot a **snížit** množství přechodné mikroflóry na pokožce rukou bez nutné účinnosti na stálou mikroflóru pokožky. Oproti tomu hygienická desinfekce rukou má **redukovat** množství přechodné mikroflóry, opět bez nutné účinnosti na stálou mikroflóru. Cílem hygienické desinfekce rukou je přerušení cesty přenosu mikroorganismů. K redukci přechodné i stále mikroflóry na pokožce rukou a předloktí se využívá chirurgická desinfekce rukou.

Indikací k hygienické desinfekci rukou, tedy mytí mýdlem, popřípadě alkoholovým prostředkem je kontakt s pacientem (před ním i po něm), manipulace s invazivními pomůckami (před), náhodný kontakt s tělesnými tekutinami, ošetřování kontaminované části těla následované potřebou přejít na jinou část těla u jednoho pacienta, kontakt s neživými povrchy a předměty (po), sejmutí sterilních nebo nesterilních rukavic (po) nebo provádění bariérové ošetrovací techniky.

Chirurgická desinfekce rukou se provádí vždy před zahájením operačního programu, mezi jednotlivými operacemi a při porušení celistvosti nebo výměně rukavic během operace.

Rukavice se řadí mezi osobní ochranné prostředky a zajišťují mechanickou bariéru snižující riziko šíření mikroorganismů a přenos infekce z personálu na pacienty a naopak. Rukavice rozlišujeme **vyšetřovací nesterilní, vyšetřovací sterilní, chirurgické sterilní rukavice a rukavice pro práci v jiném riziku než biologickém.**

Pro minimalizaci rizika nedokonalé desinfekce rukou je nutné nenosit na rukou šperky, které zhoršují schopnost čistícího prostředku pokrýt celý povrch pokožky. Samozřejmostí jsou i dostatečně upravené nehty.

Postup při hygienickém mytí rukou

Při hygienickém mytí rukou používáme mycí přípravek nebo mýdlo v kombinaci s tekoucí pitnou a teplou vodou. Po umytí rukou ruce osušíme ručníky na jedno použití (papírovými). Při samotném mytí bychom si měli ruce nejprve navlhčit, následně na ně aplikovat dostatek mýdla na pokrytí celého povrchu rukou a malým množstvím vody jej napěnit. Ruce bychom poté měli mýt alespoň 30 sekund, načež je opláchneme tekoucí vodou a pečlivě je usušíme. Při mytí rukou se vyhýbáme používání studené, ale i horké vody.

Postup při hygienické desinfekci rukou

Při hygienické desinfekci rukou si nanese přibližně 3 ml alkoholového desinfekčního přípravku na **suchou** pokožku a následně přípravek nejméně 20 sekund vtíráme. Po celou dobu musí být ruce dostatečně vlhké od přípravku. Po desinfekci musíme přípravek nechat zaschnout, nikdy jej neoplachujeme ani neotíráme.

Postup při chirurgické desinfekci rukou

Chirurgické desinfekci rukou předchází mytí rukou teplou vodou a mycím přípravkem, zde však po dobu minimálně 1 minuty a zahrnující kromě rukou i oblast předloktí. V případě viditelného znečištění je dále nutné použití jednorázového kartáčku pro očištění okolí nehtů, nehtových rýh a špiček prstů. Po umytí rukou je dokonale usušíme jednorázovým ručníkem.

Při samotné desinfekci poté vtíráme alkoholový desinfekční přípravek v množství 10 ml po dobu stanovenou pro daný přípravek. Tyto desinfekční protokoly se mezi různými nemocnicemi mohou lišit. Přípravek vtíráme do suché pokožky předloktí a rukou opakovaně a to nejprve od špiček prstů k loktům, následně od špiček prstů do poloviny předloktí a nakonec od špiček prstů k zápěstí. Přípravek opět necháme zaschnout a neoplachujeme jej, ani neotíráme.

Použitá literatura

- JIRKOVSKÝ, Daniel, et al. *Ošetrovatelské postupy a intervence: učebnice pro bakalářské a magisterské studium*. 1. vydání. Praha : Fakultní nemocnice v Motole, 2012. 411 s. ISBN 978-80-87347-13-3.