 KRAKOWSKI SZPITAL SPECJALISTYCZNY IM. JANA PAWŁA II		INSTYTUCJA WOJEWÓDZTWA MAŁOPOLSKIEGO		 MAŁOPOLSKA		numer procedury PO/LE/0121/3/2019	
<h2 style="text-align: center;">Zespół Kontroli Zakażeń Szpitalnych</h2>						obowiązuje od 07.04.2022 r.	
						edycja nr 8	
						ilość stron 12	
						ilość załączników 7	
<h2 style="text-align: center;">Procedura higieny rąk</h2>							
Opracował: Imię i Nazwisko: Specjalista ds. Epidemiologii <i>lic.piel. Izabela Niewolska</i> Data i Podpis:  24.03.2022		Sprawdził: Imię i Nazwisko: Przewodniczący Zespołu Kontroli Zakażeń Szpitalnych Prof. dr hab. med. Małgorzata Bulanda Data i Podpis: 24.03.2022  PRZEWODNICZĄCY Zespołu Kontroli Zakażeń Szpitalnych Prof. dr hab. med. Małgorzata Bulanda specjalista mikrobiolog 1214253		Zatwierdził do stosowania Imię i Nazwisko: Dyrektor lek. med. Grzegorz Fitas Data i Podpis: 07.04.2022  Krakowski Szpital Specjalistyczny im. Jana Pawła II DYREKTOR SZPITALA lek. Grzegorz Fitas			
Cel		Zapobieganie transmisji zakażeń szpitalnych.					
Obszar stosowania		Oddziały szpitalne, bloki operacyjne, Poradnie i Przychodnie, Laboratoria Krakowskiego Szpitala Specjalistycznego im. Jana Pawła II.					
Osoba odpowiedzialna za nadzór nad procedurą/ instrukcją:		Zespół Kontroli Zakażeń Szpitalnych					

Spis treści:

1. Cel
2. Przedmiot i zakres stosowania
3. Definicje
4. Odpowiedzialność i uprawnienia
5. Opis postępowania
6. Dokumenty związane
7. Załączniki

1. Cel

Zapobieganie transmisji zakażeń w warunkach szpitalnych.

2. Przedmiot i zakres stosowania

Przedmiotem procedury są szczegółowe zasady przygotowania rąk do pracy i technika wykonania higieny rąk w Krakowskim Szpitalu Specjalistycznym i. Jana Pawła II.

3. Definicje

Flora stała skóry to drobnoustroje bytujące w skórze i mające zdolność namnażania się w niej. Flora naturalna nie jest eliminowana, a jedynie ulega redukcji w czasie mycia i dezynfekcji rąk. Należą do niej między innymi:

- Gram-dodatnie bakterie (*Staphylococcus spp.*, *Corynebacterium spp.*),
- bakterie beztlenowe (w gruczołach łojowych – *Propionibacterium acnes*),
- Gram-ujemne pałeczki (w miejscach wilgotnych – w małych ilościach).

Flora przejściowa to drobnoustroje kolonizujące powierzchnię skóry bez ich namnażania się. Rodzaj i ilość jest zależna od zanieczyszczenia środowiska, z którym kontaktują się ręce. Każde uszkodzenie skóry, zwiększona potliwość rąk oraz obecność biżuterii tj: pierścionków, obrączek, zegarków, bransoletek zwiększa kolonizację skóry. Flora przejściowa jest stosunkowo łatwo usuwana w czasie mycia i dezynfekcji rąk.

Mycie rąk to ich oczyszczanie z zastosowaniem wody i mydła. Usuwa zabrudzenia, pozwala w znacznym stopniu mechanicznie usunąć drobnoustroje należące do flory przejściowej.

Dezynfekcja rąk to zastosowanie preparatów do dezynfekcji w celu znacznego ograniczenia ilości przejściowej flory bakteryjnej.

Chirurgiczna higiena rąk to procedura stosowana przez personel przed zabiegiem chirurgicznym w celu wyeliminowania flory przejściowej rąk i zmniejszenia flory stałej.

4. Odpowiedzialność i uprawnienia

- Zespół Kontroli Zakażeń Szpitalnych – nadzór,
- Personel medyczny, inny personel mający kontakt z pacjentem lub jego bezpośrednim otoczeniem – realizacja w praktyce.

Higiena rąk jest fundamentalnym elementem programów profilaktyki i kontroli zakażeń.

5. Opis postępowania

HIGIENA RĄK - ZASADY OGÓLNE:

- **przestrzegać zasady „NIC PONIŻEJ ŁOKCIA” !!!**
 - **rękawy ubrań personelu kończą się na łokciach (wyjątek stanowi praca przy pacjencie ze świerzbem),**
 - **ręce wolne od biżuterii (pierścionków, obrączek, zegarka, bransolet),**
- **nosić krótko obcięte paznokcie (nie dłuższe niż 5mm),**
- **nie malować paznokci (lakier, odżywka), nie nosić żadnych sztucznych powłok na paznokciach,**
- **nie wycinać skórek wokół paznokci,**
- **do mycia rąk używać wyłącznie mydła płynnego,**
- **w trakcie mycia rąk korzystać z baterii z ramieniem uchylnym, w przypadku baterii kurkowych, do zakręcania kurków używać ręcznika papierowego,**
- **do osuszania rąk używać wyłącznie ręczników papierowych ,**
- **mydło i preparaty dezynfekcyjne do rąk na bazie alkoholu, nie powinny być stosowane bezpośrednio po sobie. Ręce po umyciu przed dezynfekcją muszą zostać zupełnie osuszone, aby uniknąć podrażnienia skóry.**

6. Załączniki

- 6.1 Załącznik nr 1: Technika wg Ayliffa.
- 6.2 Załącznik nr 2: Mycie rąk wodą z mydłem.
- 6.3 Załącznik nr 3: Dezynfekcja rąk.
- 6.4 Załącznik nr 4: Chirurgiczne mycie i dezynfekcja rąk.
- 6.5 Załącznik nr 5 : Pielęgnacja rąk.
- 6.6 Załącznik Nr 6: Instrukcja chirurgicznego mycia i dezynfekcji rąk.





Pamiętaj !!!

- **zaleca się rozdzielenie mycia i dezynfekcji rąk,**
- **preparat dezynfekcyjny wcierać zawsze w całości suchej skóry rąk,**
- **użycie rękawiczek nie zastępuje obowiązku wykonania procedury higieny rąk,**
- **należy zawsze przed założeniem i po zdjęciu rękawiczek zdezynfekować ręce,**
- **rękawiczki zakładać na całkowicie suche ręce,**
- **do kolejnego zabiegu operacyjnego wykonuj tylko dezynfekcję rąk,**
- **zawsze pamiętaj o pielęgnacji skóry rąk.**

Procedura opracowana zgodnie z wielomodułową strategią WHO na rzecz higieny rąk.

Technika wg Ayliffa

TECHNIKA DEZYNFEKCJI HIGIENICZNEJ RĄK

 <p>1</p>	<p>Pobrać odpowiednią ilość preparatu alkoholowego wypełniając zagłębienie dłoni</p>
 <p>2</p>	<p>Pocierać powierzchnię dłoni o powierzchnię dłoni pięciokrotnie tam i z powrotem</p>
 <p>3</p>	<p>Pocierać powierzchnią dłoni o grzbiet dłoni pięciokrotnie tam i z powrotem</p>
 <p>4</p>	<p>Pocierać powierzchnię dłoni pomiędzy palcami pięciokrotnie tam i z powrotem</p>
 <p>5</p>	<p>Pocierać grzbietową powierzchnią zagiętych palców jednej dłoni pod zagiętymi palcami drugiej dłoni pięciokrotnie tam i z powrotem</p>
 <p>6</p>	<p>Pocierać kciuk prawej dłoni lewą dłonią , a następnie kciuk lewej dłoni prawą dłonią pięciokrotnie tam i z powrotem</p>
 <p>7</p>	<p>Pocierać okrężnie opuszki palców jednej i drugiej dłoni pięciokrotnie tam i z powrotem</p>

MYCIE RĄK WODĄ Z MYDŁEM

Wskazania do mycia rąk:

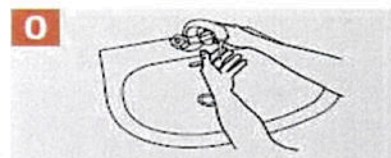
- przed rozpoczęciem pracy,
- w przypadku widocznego zabrudzenia, kontaktu z krwią lub innymi płynami ustrojowymi, wydzielinami i wydalaminami,
- po skorzystaniu z toalety,
- przed przygotowaniem i spożyciem posiłku,
- w przypadku zdecydowanego podejrzenia lub potwierdzenia ekspozycji na organizmy przetrwalnikujące, w tym *Clostridioides difficile*,
- w przypadku uczucia fizycznego zabrudzenia.

Nie łączymy mycia rąk wodą z mydłem z dezynfekcją rąk preparatem na bazie alkoholu!

Postępowanie:

Technika higieny rąk przy użyciu mydła i wody

 Czas trwania procedury: 40-60 sekund



0 Zmocz ręce wodą.



1 Nabierz tyle mydła, aby pokryć całą powierzchnię dłoni.



2 Pocieraj o siebie rozprostowane dłonie.



3 Połóż prawą dłoń na grzbiecie lewej dłoni przeplatając palce a następnie zamień dłonie.



4 Złóż razem dłonie przeplatając palce.



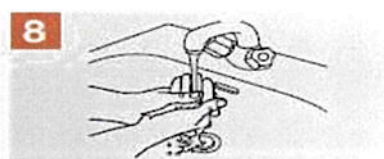
5 Grzbiet palców dłoni schowaj w drugiej dłoni spletając razem palce.



6 Pocieraj obrotowo lewy kciuk zaciśnięty w prawej dłoni a następnie zamień dłonie.



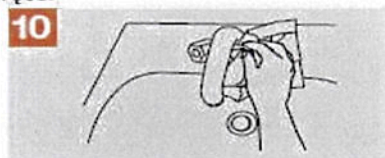
7 Pocieraj obrotowo lewą dłoń do tyłu i do przodu zaciśniętymi palcami prawej dłoni a następnie zamień ręce.



8 Oplucz ręce wodą.



9 Wytrzyj ręce do sucha jednorazowym ręcznikiem.



10 Użyj ręcznika do zakręcenia kranu.



11 Teraz Twoje ręce są bezpieczne.

Źródło: WHO

DEZYNFEKCJA RĄK

Nie łączymy mycia rąk wodą z mydłem z dezynfekcją rąk preparatem na bazie alkoholu!

Dezynfekcja rąk:

- usuwa około 90 – 99 % mikroorganizmów flory przejściowej,
- należy wcierać preparat w suchą skórę dłoni i nadgarstków, tak aby zapewnić całkowite pokrycie rąk preparatem dezynfekcyjnym,
- nie należy stosować preparatu do dezynfekcji rąk na mokrą skórę, ponieważ woda rozcieńczy preparat, obniży skuteczność dezynfekcji, a naskórek ulegnie uszkodzeniu.

Wskazania do dezynfekcji rąk:**5 MOMENTÓW HIGIENY RĄK**


1	PRZED KONTAKTEM Z PACJENTEM	KIEDY?	Dezynfekuj ręce przed każdym kontaktem z pacjentem
		DLACZEGO?	Aby chronić pacjenta przed chorobotwórczymi drobnoustrojami przenoszonymi na Twoich rękach
2	PRZED CZYSTĄ/ASEPTYCZNĄ PROCEDURĄ	KIEDY?	Dezynfekuj ręce tuż przed wykonaniem czystej/aseptycznej procedury
		DLACZEGO?	Aby chronić pacjenta przed chorobotwórczymi drobnoustrojami, również pochodzącymi od niego samego
3	PO NARAŻENIU NA PŁYNY USTROJOWE	KIEDY?	Dezynfekuj ręce po możliwym kontakcie z płynami ustrojowymi (również po zdjęciu rękawic)
		DLACZEGO?	Aby chronić siebie i otoczenie przed chorobotwórczymi drobnoustrojami
4	PO KONTAKCIE Z PACJENTEM	KIEDY?	Dezynfekuj ręce bezpośrednio po kontakcie z pacjentem i jego najbliższym otoczeniem
		DLACZEGO?	Aby chronić siebie i otoczenie przed chorobotwórczymi drobnoustrojami
5	PO KONTAKCIE Z OTOCZENIEM PACJENTA	KIEDY?	Dezynfekuj ręce po dotknięciu jakiegokolwiek przedmiotu z otoczenia pacjenta, gdy opuszczasz to otoczenie - nawet jeśli nie miałeś kontaktu z pacjentem
		DLACZEGO?	Aby chronić siebie i otoczenie przed chorobotwórczymi drobnoustrojami

- przed wszystkimi rutynowymi zabiegami wykonywanymi w oddziale,
- pomiędzy kolejnymi procedurami,
- przed wejściem do sali operacyjnej lub gabinetu zabiegowego,
- przed przygotowaniem i podaniem leków lub żywności,
- przechodząc od zakażonej części ciała do innej części ciała chorego,
- przed obsługą inwazyjnych urządzeń w opiece nad chorym bez względu czy rękawiczki ochronne są używane czy nie,
- po kaszlu lub kichaniu w dłonie, po użyciu chusteczki do nosa.
- przed sięgnięciem do opakowania zbiorczego po rękawiczki.

Postępowanie:

1. Pobierz preparat dezynfekcyjny na całkowicie suche ręce w ilości takiej aby wypełniał zagłębienie dłoni (ok. 3 ml).
2. Wcieraj preparat dezynfekcyjny techniką wg Ayliffa, ruchy rąk powtarzaj każdy po pięć razy tam i z powrotem. Szczególną uwagę zwróć na kciuki, przestrzenie międzypalcowe i okolice okołopaznokciowe.
3. Wcieraj preparat dezynfekcyjny przez około 30 sekund, aż do całkowitego wyschnięcia.

Technika higieny rąk przy użyciu preparatu na bazie alkoholu

 Czas trwania całej procedury: 20-30 sekund

1a



Nabierz pełną garść preparatu, tak aby pokrywał w całości wewnętrzną powierzchnię dłoni.

1b

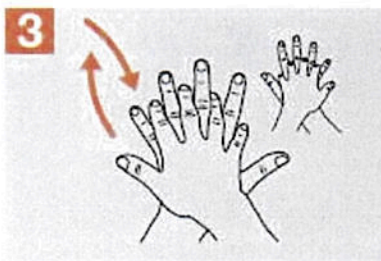


2



Pocieraj o siebie wewnętrzne powierzchnie dłoni.

3



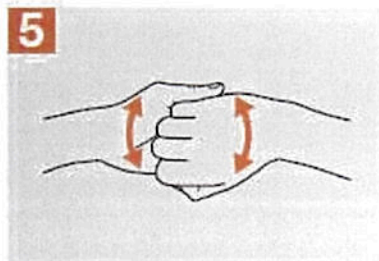
Połącz prawą dłoń na grzbiecie lewej dłoni przeplatając palce obu dłoni a następnie zamień dłonie.

4



Złóż razem dłonie przeplatając palce.

5



Grzbiet palców dłoni schowaj w drugiej dłoni spletając razem palce.

6



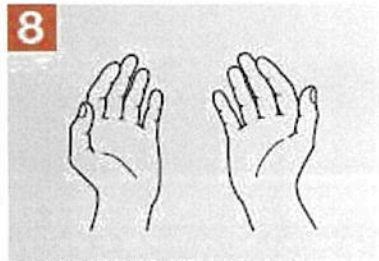
Pocieraj obrotowo lewy kciuk zaciśnięty w prawej dłoni a następnie zamień dłonie.

7



Pocieraj obrotowo lewą dłoń do tyłu i do przodu zaciśniętymi palcami prawej dłoni a następnie zamień ręce.

8



Po wyschnięciu, Twoje ręce są bezpieczne.

Źródło: WHO

CHIRURGICZNE MYCIE I DEZYNFEKCJA RĄK

Mycie

1. Do mycia rąk nie używaj szczotek.
2. Zmocz ręce i przedramiona do łokcia.
3. Pobierz płyn myjący w ilości 2-3 ml.
4. Ewentualne zabrudzenia spod paznokci usuń patyczkiem/szpatułką.
5. Rozprowadź płyn myjący na rękach i nadgarstkach, umyj ręce techniką mycia rąk wg Ayliffa, spłucz starannie pod bieżącą wodą.
6. Osusz ręce jednorazowym ręcznikiem.

Dezynfekcja

1. Dezynfekcję rąk wykonaj kontrolując czas przy użyciu minutnika.
2. Podczas wcierania preparatu trzymaj przez cały czas dłonie powyżej łokci.
3. Procedura dotyczy aktualnie stosowanego preparatu antyseptycznego do rąk. Czas wymagany do przygotowania rąk preparatem alkoholowym przed zabiegami chirurgicznymi zależy od stosowanego produktu i jest określony przez producenta.
4. Wcieraj preparat dezynfekcyjny od dłoni poprzez przedramiona do łokci techniką wg Ayliffa, aż do całkowitego wyschnięcia preparatu, ponownie pobierz płyn dezynfekcyjny.
5. Wcieraj preparat dezynfekcyjny od dłoni do połowy przedramion techniką wg Ayliffa, aż do całkowitego wyschnięcia preparatu.

Należy poczekać do całkowitego wyschnięcia skóry rąk przed nałożeniem rękawiczek.




UWAGA !!!

Stosowne broszury, aktualizowane na bieżąco, należy umieścić przy punktach higieny rąk w myjniach chirurgicznych.



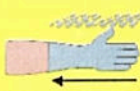

PIELĘGNACJA RĄK

Zaleca się stosowanie preparatów dezynfekcyjnych zawierających w swym składzie substancje pielęgnujące skórę. Ponadto ze względu na konieczność częstego mycia i dezynfekcji rąk, skórę rąk nawilżaj kremem nawilżającym lub emulsją nawilżającą.

INSTRUKCJA CHIRURGICZNEGO MYCIA I DEZYNFEKCJI RĄK

1		Zmocz dłonie i przedramiona. Pobierz preparat myjący z dozownika łokciowego.
2		Rozprowadź preparat na dłoniach i przedramionach. Umyj ręce techniką wg Ayliffa. Trzymaj dłonie powyżej łokci, splucz ręce pod bieżącą wodą. Trzymaj ręce tak, aby palce były skierowane zawsze ku górze, a łokcie ku dołowi. Ewentualne zabrudzenia spod paznokci usuń patyczkiem/szpatułką.
3		Osusz ręce jednorazowym ręcznikiem.

ZALECA SIĘ ROZDZIELNOŚĆ MYCIA I DEZYNFEKCJI RĄK

4		Trzymaj ręce tak, aby palce były skierowane zawsze ku górze, a łokcie ku dołowi. Pobierz preparat antyseptyczny z dozownika łokciowego. Czas dezynfekcji oraz ilość preparatu zgodnie z zaleceniem producenta aktualnie stosowanego preparatu.
5		Wcieraj preparat dezynfekcyjny od dłoni poprzez przedramiona do łokci techniką wg Ayliffa, aż do całkowitego wyschnięcia preparatu. Czas dezynfekcji zalecany przez producenta aktualnie stosowanego preparatu. Ponownie pobierz płyn dezynfekcyjny.
6		Wcieraj preparat dezynfekcyjny od dłoni do połowy przedramion techniką wg Ayliffa, aż do całkowitego wyschnięcia preparatu.
7		<ul style="list-style-type: none">- zawsze kontroluj czas mycia i dezynfekcji za pomocą minutnika- preparat dezynfekcyjny wcieraj zawsze w całkowicie osuszoną skórę rąk- rękawiczki zakładaj na całkowicie wysuszone ręce

ZASADY HIGIENY RĄK

MYCIE RĄK

1. uruchom baterię uchylną łokciem lub grzbietem dłoni,
2. ustaw właściwy przepływ i odpowiednią temperaturę wody (30-40°),
3. zwilż ręce wodą,
4. nanieś na dłoń (naciskając łokciem dźwignię dozownika) co najmniej dwie porcje płynnego mydła (ok. 3 ml)
5. myj ręce przez co najmniej 30 sek. stosując technikę efektywnego mycia rąk (wg Ayliffa),
6. starannie spłucz mydło w kierunku palców,
7. osusz ręce ręcznikiem jednorazowym,
8. zamknij baterię uchylną łokciem lub grzbietem dłoni,

ZALECA SIĘ ROZDZIELNOŚĆ MYCIA I DEZYNFEKCJI RĄK

DEZYNFEKCJA RĄK PREPARATEM NA BAZIE ALKOHOLU

1. nanieś preparat alkoholowy w ilości wypełniającej zagłębienie dłoni (min. 3 ml) na suchą dłoń, naciskając łokciem ramię dozownika,
2. wcieraj preparat dezynfekcyjny w ręce min. 20-30 sek., aż do całkowitego wyschnięcia, stosując technikę efektywnego odkażania rąk (wg Ayliffa),
3. nie wycieraj rąk,

Uwaga!

Oczyszczanie należy przeprowadzać w zależności od stanu zabrudzenia i skażenia oraz warunków sanitarnych:

- najpierw mycie, potem dezynfekcja – w przypadku kontaktu ze szczepami *Clostridium*,
- tylko dezynfekcja – w przypadku wszystkich procedur medycznych,
- tylko mycie – w strefie socjalnej,





Wykaz przeglądów aktualności oraz wprowadzonych zmian w dokumencie:

Procedura higieny rąk

Data przeglądu/ zmiany	Nr dokumentu/ Edycja (po ew. zmianie)	Adnotacja o dokonaniu przeglądu/ Opis ew. zmiany	Czytelny podpis
15.11.2018	PO/LE/0121/3/2019 Edycja 7	- zmiana szaty graficznej - aktualizacja całego dokumentu	
22.03.2022	PO/LE/0121/3/2019 Edycja 8	- zmiana tytułu załącznika nr 4 i nr 6, - aktualizacja załącznika nr 6, - zmiana załącznika nr 7,	