

Rankų higienos svarba sveikatos priežiūroje

PATARIMAI PACIENTAMS

Kodėl plauti rankas yra svarbu – Gydytojai ir slaugytojai kiekvieną dieną rūpinasi daugeliu sergančių asmenų, dažnai liesdami juos ir jų aplinką. Nors šie veiksmai yra būtini gydymui, tačiau nenusiplovę rankų jie gali pernešti mikrobus nuo vieno paciento kitiems.

Ką reiškia „infekcija“ – tai užsikrėtimas mikrobais, kurie gali sukelti ligas. Infekcija, kurią galite įgyti gaudami sveikatos priežiūros paslaugas, vadinama su sveikatos priežiūra susijusi infekcija (anksčiau buvo vadinama hospitalinė infekcija). Tai yra labai svarbi pacientų saugumo problema visose šalyse. Rankų higiena yra paprasčiausia bet labai efektyvi priemonė, norint išvengti infekcijų. Nors nusiplauti rankas yra paprasta, sveikatos darbuotojai dėl skubėjimo gali pamiršti tai padaryti.

Kaip galite padėti – Jūsų bendradarbiavimas prasideda susipažįstant su informacija apie šią problemą ir patarimais, kaip ir kada nusiplauti rankas. Jūs ir Jūsų šeimos nariai galite padėti primindami darbuotojams neprisiliesti prie Jūsų odos, ar medicinos priemonių (pavyzdžiui Jūsų kateterio), kol nenusiplovė ar nedezinfekavo rankų.

Ar žinote, kad...

Paprasčiausias priminimas gydytojui, slaugytojui ar kitam darbuotojui nusiplauti rankas, prieš prisiliečiant prie Jūsų, gali apsaugoti Jus nuo infekcijos susijusios su sveikatos priežiūra.

Patarimai, kaip dalyvauti rankų higienos užtikrinime, kai esate pacientas

Svarbiausi dalykai, kuriuos Jūs ir Jūsų šeimos nariai galite padaryti:

1. Pasiteiraukite, ar yra vykdoma bendradarbiavimo su pacientais infekcijų kontrolėje programa. Jeigu taip - kur galėtumėte rasti daugiau informacijos. Ir būtinai priminkite, kad norite bendradarbiauti.
2. Nebijokite teirautis apie rankų higienos taikymą konkrečioje įstaigoje. Ligoninės darbuotojai daro viską, kas įmanoma, kad suteiktų Jums pačią geriausią priežiūrą. Todėl Jūs turite teisę prašyti informacijos ir įsitikinti, kad užtikrinama geriausia priežiūra. Tai gali labai padėti gerinant sveikatos paslaugų kokybę.
3. Įsitikinkite, kad palatoje yra praustuvė, muilas, popieriniai rankšluosčiai ir rankų dezinfekcijos priemonė (o gal darbuotojai ją nešiojasi kišenėje). Jeigu ne, mandagiai pasiteiraukite, kodėl nėra rankų higienos priemonių ir paprašykite atnešti prie Jūsų lovos rankų dezinfekcijos priemonės.
4. Jeigu rankų higienos priemonės yra prieinamos, pradėkite iš karto dėkoti, kai matote, kad gydytojas, slaugytojas ar kitas darbuotojas, jas naudoja prieš prisiliedamas prie Jūsų ar Jūsų medicininių priemonių (pvz. kateterių, tvarsčių, drenažo vamzdelių).

Kaip ir kada priminti gydytojui, slaugytojui ar kitam darbuotojui, apie rankų higieną:

Gydytojas, slaugytojas ar kitas darbuotojas (technikai, padėjėjai) kurie Jus liečia. Jūsų giminaičiai ir lankytojai, taip pat turi plauti rankas vos tik atvykę, ypač prieš prisiliedami prie Jūsų ir prieš išvykstant. Kai darbuotojas eina prie Jūsų (pavyzdžiui prie Jūsų lovos), prieš prisiliečiant prie Jūsų ar Jūsų medicininių priemonių (kateterių, tvarsčių, drenažo vamzdelių), **Jūs galite paprašyti** panaudoti rankų dezinfektantą. Arba galite iš anksto padėkoti, kai darbuotojas artėja prie Jūsų, tai būtų subtili užuomina.

Penki svarbiausi atvejai, kada Jūs turite priminti darbuotojui apie rankų higieną:

1. Prieš prisiliečiant prie Jūsų
2. Prieš atliekant sterilią procedūrą (intraveninio kateterio įvedimas, vaistų suleidimas ar pan.).
3. Po galimo sąlyčio su Jūsų kūno skysčiais (pvz. šlapimo kateterio pašalinimas).
4. Po prisilietimo prie Jūsų.
5. Po prisilietimo prie Jūsų aplinkos daiktų: lovos galo, temperatūros registravimo lapo ir pan.

KAS?

KADA?

KUR?

Bet kur, kur teikiamos sveikatos priežiūros paslaugos – ligoninėje, poliklinikoje, gydytojo kabinete.

KAIP?

Priminimas ir padėkojimas yra pozityvus veiksmas, todėl darbuotojai turi suprasti Jūsų gerus ketinimus siekiant išvengti infekcijos. Atlikite tai paprastai ir dažnai.

„Ačiū, kad nusiplovėte rankas.“

„Ar nusiplovėte rankas?“

„Ar aš priminiau Jums apie rankų higieną?“