

## *Prevenirea și controlul infecțiilor*

# Promovarea igienei mâinilor în medicina de familie

Dr. Stoica Diana<sup>1,4</sup>, Asist. med. Ramona Marincaș<sup>2,5</sup>, Dr. Sergiu Sîngeorzan<sup>3,4</sup>

<sup>1</sup>Spitalul Județean de Urgență "Sf. Pantilimon" Focșani România, <sup>2</sup>Spitalul Județean de Urgență Satu Mare România, <sup>3</sup>Spitalului Județean de Urgență Miercurea Ciuc România, <sup>4</sup>Epidemiologie, <sup>5</sup>Nursing

Primit: 12.01.2019 • Acceptat pentru publicare: 29.02.2019

### Rezumat

Prevenirea și controlul infecțiilor nu a fost niciodată atât de importantă ca acum când la nivel mondial se înregistrează o creștere a rezistenței antimicrobiene. Igiena mâinilor este cea mai importantă metodă de prevenire a răspândirii germenilor și de reducere a apariției rezistenței microbiene. Mâinile curate salvează anual între 5 și 8 milioane de vieți. Acum, mai mult ca oricând, este important ca noi cu toții, personalul medical, pacienții și familiile acestora, să facem eforturi de a susține și îmbunătății metodele de prevenție existente.

"Împreună pentru o prevenție mai bună" este motto-ul celei mai noi asociații de prevenire a infecțiilor din România: APCI – Asociația pentru prevenirea și controlul infecțiilor. Asociația își propune ca să ajute prin activitatea sa la îmbunătățirea siguranței și confortului pacientului. Prevenția începe prin educație și se termină prin aplicarea ei în practică, de către noi toți.

Cuvinte cheie: *igiena mâinilor, prevenție, infecție, rezistența microbială, APCI împreună*

---

### MEDICAL PRACTICE

#### *Prevention and infection control*

#### **Promoting hand hygiene in family medicine**

#### **Abstract**

Prevention and control of infections worldwide have never been as important as now when there is an increase in antimicrobial resistance. Hand hygiene is the most important way to prevent the spread of the germs and reduce the antimicrobial resistance. Clean hands save annually between 5 and 8 million of lives. Now more than ever, it is so important that we all together, the medical staff, patients and their families, make efforts to support and improve existing prevention methods.

"*Together for a better prevention*" is the motto of the newest association for prevention of infections in Romania: APCI - Association for Prevention and Control Infection. The association aim is that to help to improve the patients' safety and comfort. Prevention begins with education and ends by applying it in practice by all of us.

Keywords: *hand hygiene, prevention, infection, microbial resistance, APCI together*

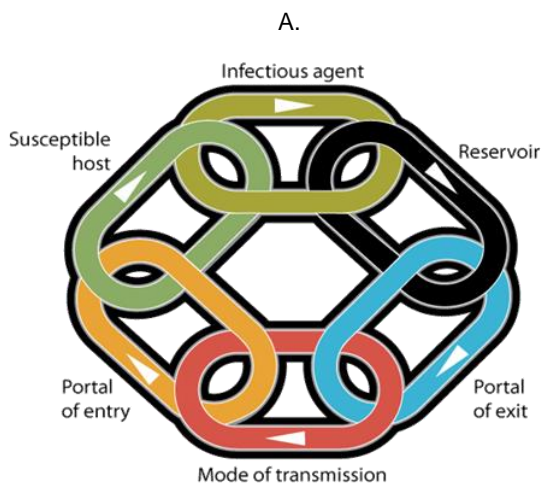
Infecțiile asociate asistenței medicale (IAAM) reprezintă una dintre cele mai importante cauze de deces și suferință pentru pacienții din întreaga lume, astfel încât, prevenirea infecțiilor este considerată, pe bună dreptate, piatra de temelie a siguranței pacienților.

Igiena mâinilor este cea mai simplă și eficientă măsură de prevenire și reducere a acestor infecții, precum și o componentă standard a siguranței pacientului (1). Cu toate acestea, respectarea regulilor de aplicare a igienei mâinilor în rândul personalului medical este în mod constant un subiect de discuții.

### Căi de transmitere (lanțul infecției)

Pentru ca o infecție să apară avem nevoie de o înșiruire de evenimente ce formează așa numitul "lanț al infecției" (figura 1). Afectarea oricărei verigi din acest lanț va preveni răspândirea acesteia, iar cea mai abordabilă și ușor de influențat verigă este cea reprezentată de calea de transmitere.

Figura 1. Lanțul infecției (A. Chain of infection - Royal College of Nursing; B. Traducere și adaptare APCI)



Cel mai important element, care rupe efectiv lanțul infecției, este igiena mâinilor. Printr-o igienă corect realizată, întrerupem transmiterea microorganismelor existente în mediul înconjurător al pacientului către acesta cât și vice-versa.

Trebuie să menționăm faptul că suprafața tegumentară nu este una sterilă. Flora microbiană existentă la nivelul tegumentului poate fi împărțită în două categorii: rezidentă și tranzitorie.

**Flora microbiană rezidentă** - este localizată profund în epiderm: în crăpăturile pielii, foliculii firului de păr, glandele sudoripare și sub unghii. Aceste microorganisme nu provoacă ușor infecții și sunt greu de îndepărtat. Cu toate acestea, în timpul intervențiilor chirurgicale sau a altor proceduri invazive pot ajunge în țesuturile profunde și pot produce infecții. Prin urmare, se consideră că este de dorit ca aceasta să fie diminuată sau eliminată înaintea procedurilor care implică discontinuități sau crearea de căi artificiale de acces, mai ales la pacienții cu o imunitate scăzută.

Flora normală a pielii include stafilococi coagulazonegativi, în principal *Staphylococcus epidermidis*, microorganism condiționat patogen, acesta fiind asociat nu de puține ori și infecțiilor asociate asistenței medicale, ca de exemplu infecții de plagă chirurgicală, infecții asociate cateterizării venoase periferice sau sepsis.

**Flora microbiană tranzitorie** - este localizată la suprafața pielii. Aceasta este compusă din microorganismele care tranzitează, temporar, tegumentul, ca urmare a contactului direct (în principal a mâinilor) cu alte persoane, suprafețe, echipamente sau părți ale corpului. Microorganismele tranzitorii care pot fi "culese" în cursul activităților de zi cu zi includ: marea familie a Enterobacteriaceelor (precum *Escherichia coli*, *Klebsiella* spp, *Proteus* spp), *Staphylococcus aureus*, inclusiv tulpinile rezistente MRSA, *Pseudomonas aeruginosa*, *Clostridium difficile*, etc. Capacitatea microorganismelor tranzitorii de a se "deplasa" prin intermediul mâinilor este foarte mare, mâinile fiind vectori extrem de eficienți în răspândirea infecției. Cu toate acestea, spre deosebire de flora rezidentă, aceste microorganisme pot fi ușor îndepărtate cu o igienă atentă a mâinilor reducând astfel riscul de contaminare încrucișată. Acestea sunt frecvent implicate în apariția infecțiilor asociate asistenței medicale.

Igiena mâinilor reprezintă "temelia" procesului de îngrijire medicală a pacienților, iar atunci când nu este efectuată corespunzător, ea poate constitui o verigă importantă în lanțul care duce la colonizarea respectiv infectarea atât a pacienților cât și a personalului medical.

Pentru a puncta și a integra mai bine importanța igienei mâinilor în contextul actual, putem spune că aceasta reprezintă un element principal în "tabloul" numit REZISTENȚĂ MICROBIANĂ, prin rolul pe care îl are în limitarea transmiterii germenilor multidrog-rezistenți de la personalul medical la pacient sau de la un pacient la altul.



### Istoricul igienei mâinilor

De igiena mâinilor ca parte importantă în prevenirea și controlul infecțiilor, nu vorbim nici de ieri, nici de azi.

Să ne aducem aminte de Ignaz Semmelweis (medic obstetrician de origine maghiară) care a fost promotorul conceptului de dezinfecție a mâinilor personalului medical. Ignaz Semmelweis a făcut în anul 1850 prima legătură între transferul agenților patogeni de la personalul medical la pacienți. Acesta a arătat că riscul de apariție a febrei puerperale a scăzut semnificativ după ce a impus medicilor, înainte de a asista gravida, să își dezinfecteze mâinile cu var cloros (antisepticul din acele vremuri). Însă acesta a întâmpinat ostilitate din partea colegilor săi medici, aceștia neputând accepta ideea că mâinile lor ar fi cauza și că spălarea mâinilor cu o soluție care îi ardea (pentru că clorura de var este corozivă) ar diminua apariția febrei puerperale.

Teoriile lui Semmelweis au fost acceptate și aplicate, mult după moartea sa, când Louis Pasteur a confirmat teoria microbilor.

Din păcate Semmelweis nu a reușit să observe o schimbare susținută în comportamentul colegilor săi, acesta confruntându-se cu mari dificultăți în a convinge medicii de beneficiile dezinfecției mâinilor.

*Anii '90 au reprezentat un punct de cotitură în evoluția conceptelor de igienă a mâinilor în domeniul îngrijirilor medicale.*

În 1995, profesorul Didier Pittet a inițiat și implementat la spitalul Universitar din Geneva (unde activează ca medic de boli infecțioase) prima strategie multimodală privind dezinfecția mâinilor folosind produse hidroalcoolice, demonstrând astfel reducerea cu 50% a numărului de infecții cu MRSA (Stafilococ auriu metilino-rezistent).

În 2002, modelul Vigigerm dezvoltat la Geneva de către Profesorul Pittet a fost preluat cu succes și de către spitalele din Anglia.

În 2004, Pittet a fost abordat de Organizația Mondială a Sănătății pentru a coordona primul program global privind siguranța pacienților sub sloganul "Clean Care is Safer Care" (2).

### Campania mondială „SALVEAZĂ VIEȚI: Igiena Mâinilor”

În cadrul campaniei „SALVEAZĂ VIEȚI: Igiena Mâinilor” (SAVE LIVES: Clean Your Hands), Profesorul Pittet împreună cu echipa sa a dezvoltat conceptul "The Five Moments for Hand Hygiene/ Cele 5 Momente pentru igiena mâinilor" explicând personalului medical momentele critice în care trebuie efectuată igiena mâinilor. Iar acest model este utilizat în prezent la nivel mondial în *majoritatea* unităților în care se desfășoară activități medicale și de îngrijire. De atunci, în fiecare an, pe data de 5 mai este sărbătorită Ziua Mondială a Igienii Mâinilor, fiecare an fiind sub „tutela” unui nou slogan-mesaj.

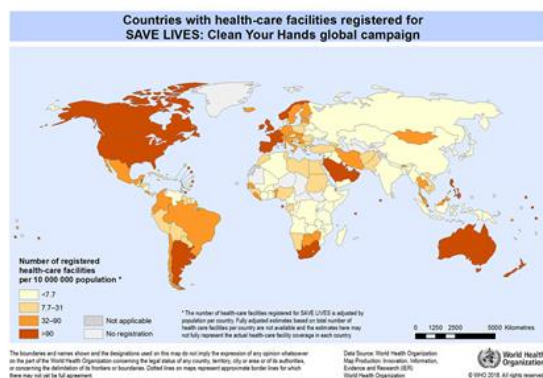
Scopul campaniei mondiale „SALVEAZĂ VIEȚI: Igiena Mâinilor” (SAVE LIVES: Clean Your Hands) este de a crește nivelul de conștientizare în ceea ce privește importanța igienei mâinilor în domeniul îngrijirilor de sănătate și "să unească oamenii" la nivel global pentru a susține îmbunătățirea igienei mâinilor. Prin intermediul acțiunilor și temelor propuse an de an de către OMS, se dorește îmbunătățirea igienei mâinilor în cadrul îngrijirilor pentru sănătate, făcând astfel din siguranța pacienților **PRIORITATEA Nr. 1**.

*Igiena mâinilor salvează anual între 5 și 8 milioane de vieți.*

„Clean care for all- it's in your hands"- „Îngrijiri curate pentru toți - Este în mâinile noastre” este sloganul de anul acesta. Prin acest mesaj, OMS ne invită, fie că suntem medic, asistent medical, infirmier, pacient, aparținător, etc. să ne alăturăm acestei campanii de conștientizare a importanței igienei mâinilor în prevenirea infecțiilor (2).

Romania este una din cele 180 de țări care s-au angajat să susțină campania pentru igiena mâinilor. Până în prezent s-au înregistrat un număr de 21.372 unități sanitare din întreaga lume, dintre care 27 din țara noastră, *la această campanie*. OMS invită cât mai multe unități sanitare să devină parte a acestei mișcări mondiale, înscrierea realizându-se foarte simplu prin completarea formularului existent pe pagina sa de web (2).

Putem schimba culoarea României pe harta OMS prin înscrierea cât mai multor unități sanitare, inclusiv cabinete medicale de familie, pentru susținerea campaniei și promovarea unei igiene corespunzătoare a mâinilor.

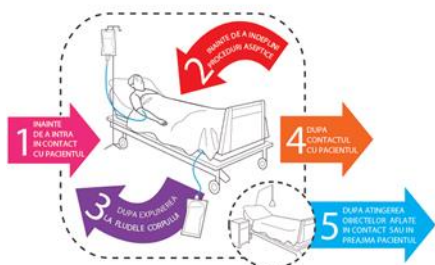


Nu uitați că „Măinile medicale” ce sunt menite a aduce vindecarea, în caz de contaminare, constituie un vehicul sigur de transmitere pentru agenții microbieni, ducând la apariția infecțiilor.

### Care sunt momentele critice în care trebuie efectuată igiena mâinilor?

Conceptul celor „5 Momente importante pentru Igiena Mâinilor”, dezvoltate de echipa OMS coordonată de Profesorul Pittet trebuie implementat și aplicat în orice cabinet medical, unitate spitalicească, unitate medico-socială, acolo unde se desfășoară acte medicale și de îngrijiri.

### 5 MOMENTE PENTRU IGIENA MĂINILOR



- ❖ **Momentul 1** - înainte de a intra în contact cu pacientul  
DE CE? Pentru a proteja pacientul de o eventuală contaminare cu germeni de pe mâinile noastre.
- ❖ **Momentul 2** - înainte de oricare procedură aseptică  
DE CE? Pentru a proteja pacientul de o eventuală contaminare cu germeni (inclusiv ai acestuia) ca urmare a unor proceduri medicale ce se pot constitui în “porți de intrare”
- ❖ **Momentul 3** - după expunerea la fluidele biologice ale pacientului  
DE CE? Pentru propria noastră protecție
- ❖ **Momentul 4** - după contactul cu pacientul  
DE CE? Pentru propria protecție, pentru protecția următorilor pacienți, pentru protecția colegilor cu care intrăm în contact ulterior, și nu în ultimul rând pentru protecția celor dragi, familiei.
- ❖ **Momentul 5** - după contactul cu mediul înconjurător al pacientului

DE CE? Pentru propria protecție, pentru protecția mediului înconjurător, a celorlalți pacienți, a colegilor. Colonizarea mediului ambiental al pacientului se realizează în primele ore după staționare acestuia în pat.

Igiena mâinilor este la fel de importantă atât acasă cât și în cabinetul medical/mediul spitalicesc, dar sigur că există diferențe între aceste două practici. Acasă vorbim de un mediu “prietenos” din punct de vedere microbiologic, fiind suficient și eficient spălarea simplă cu apă și săpun obișnuit. În spitale, cabinete medicale, unde ne întâlnim cu germeni “mai puțin prietenoși” ba chiar rezistenți la antimicrobiene, este nevoie de o igienă a mâinilor *mai riguroasă*/complexă (care să permită acțiunea mecanică asupra tuturor zonelor mâinilor) utilizând produse profesionale (săpunuri dezinfectante/ antiseptice hidroalcoolice).

### Cum realizăm igiena mâinilor?

Igiena mâinilor presupune fie spălarea cu apă și săpun a acestora (mai ales atunci când mâinile sunt vizibil murdare, contaminate cu murdărie sau material organic), fie dezinfecția prin fricțiune cu produse hidroalcoolice (mai ales între pacienți sau între diversele activități de îngrijire ale aceluiași pacient).

- spălarea mâinilor cu apă și săpun lichid obișnuit **sau** doar dezinfecția mâinilor prin fricțiune cu produse hidroalcoolice este suficientă pentru un act medical care presupune un nivel de risc infecțios minim, precum consultul clinic al pacientului, măsurarea tensiunii arteriale, monitorizarea pulsului.
- dezinfecția mâinilor prin fricțiune cu produse hidroalcoolice nu se recomandă atunci când mâinile sunt vizibil murdare sau când se tratează pacienți cu *Clostridium difficile* sau *Norovirus*.
- dezinfecția igienică a mâinilor (prin fricțiune sau spălarea cu săpun dezinfectant) este necesară înainte intervențiilor medicale care presupun un nivel de risc infecțios mediu (intermediar), precum vaccinarea nou-născuților/pacienților, pansamentul plăgilor
- dezinfecția chirurgicală a mâinilor (spălarea cu săpun dezinfectant urmată de fricțiune cu produs hidroalcoolic) este necesară pentru toate intervențiile medicale care presupun un nivel de risc infecțios înalt, și este destinată în special activităților medicale spitalicești.
- pentru o tehnică corectă de igienă a mâinilor trebuie respectați o serie de pași identificați în imaginile de mai jos.

**Tehnica spălării mâinilor**

1.	Udați-vă mâinile sub un jet de apă caldă folosind o baterie cu robinet care amestecă apa rece și caldă;
2.	Aplicați săpun lichid de la un dozator și acoperiți mâinile în întregime pentru a crea spumă;
3.	Frecați ambele palme împreună;
4.	Frecați spatele fiecărei mâini cu palma mâinii opuse și întrepătrundeți degetele;
5.	Frecați palmele cu degetele întrepătrunse;
6.	Frecați spatele degetelor de palma opusă, cu degetele strânse;
7.	Frecați pe rând fiecare deget mare în palma opusă folosind o mișcare de rotație;
8.	Frecați vârful degetelor în palma opusă printr-o mișcare circulară;
9.	Frecați fiecare încheietură cu mâna opusă;
10.	Limpeziți mâna cu apă curgătoare/curentă;
11.	Inchideți robinetul cu cotul dacă robinetul permite, dacă nu, folosiți un prosop de hârtie;
12.	Uscați complet mâinile cu un prosop de hârtie de unică folosință;
13.	Aruncați prosopul de hârtie la coșul de gunoi.

**Tehnica dezinfecției mâinilor prin frecare**

1.	Aplicați o cantitate de gel hidroalcoolic în palmă
2.	Frecați ambele palme împreună;
3.	Frecați spatele fiecărei mâini cu palma mâinii opuse și întrepătrundeți degetele;
4.	Frecați palmele cu degetele întrepătrunse;
5.	Frecați spatele degetelor de palma opusă, cu degetele strânse;
6.	Frecați pe rând fiecare deget mare în palma opusă folosind o mișcare de rotație;
7.	Frecați vârful degetelor în palma opusă printr-o mișcare circulară;
8.	Așteptați ca mâinile să se usuce. Odată uscate mâinile sunt dezinfectate.

**Cum spalăm mainile?**

**SPALATI MAINILE DACA SUNT VIZIBIL MURDAREI ALTFEL DEZINFECTATI-LE**

**⌚ Durata intregii proceduri: 20-30 secunde**

**0** Udați mainile cu apa.

**1** Aplicați săpun suficient pentru a acoperi toată suprafața mâinilor.

**2** Frecați mainile palma peste palma

**3** Palma dreapta peste dosul palmei stângi cu împietirea degetelor și vice versa.

**4** Palma peste palma cu degetele împietite.

**5** Dosul degetelor pe palma opusă cu degetele împreunate.

**6** Frecări rotative cu degetul mare stâng prins în palma dreapta și vice versa.

**7** Frecări rotative într-un sens și celalalt cu degetele împreunate ale mâinii drepte, pe palma stanga și vice versa.

**8** Cătați mainile cu apa

**9** Uscați mainile cu un prosop de unică folosință.

**10** Inchideți robinetul folosind un prosop.

**11** Odata uscate, procedura de spalare este terminata.

**Cum dezinfectăm mainile?**

**O BUNA IGIENA IMPLICA DEZINFECTIA IN PREALABIL, SPALATI MAINILE DACA SUNT VIZIBIL MURDARE**

**⌚ Durata intregii proceduri: 20-30 secunde**

**1a** Aplicați produsul dezinfectant în palma acoperind toată suprafața.

**1b** Frecați mainile palma peste palma.

**2** Frecați mainile palma peste palma.

**3** Palma dreapta peste cea stanga cu împietirea degetelor și vice versa.

**4** Palma peste palma cu degetele împietite.

**5** Dosul degetelor pe palma opusă cu degetele împreunate.

**6** Frecări rotative cu degetul mare stâng prins în palma dreapta și vice versa.

**7** Frecări rotative într-un sens și celalalt cu degetele împreunate ale mâinii drepte, pe palma stanga și vice versa.

**8** Odata uscate, mainile sunt dezinfectate.

### Este permis să purtăm bijuterii?

O întrebare destul de frecventă, ce vine mai ales din rândul doamnelor. O tehnică corectă și eficientă a igienei mâinilor presupune îndepărtarea bijuteriilor (inele, brățări) și a ceasului de mână. **DE CE?**

- Este dificil să curățăm și să dezinfectăm bijuteriile în timp ce le purtăm
- Pot constitui un depozit de "hrană" pentru microorganism, acestea acumulându-se și multiplicându-se în striurile bijuteriilor
- Acestea pot rupe mănușile de protecție

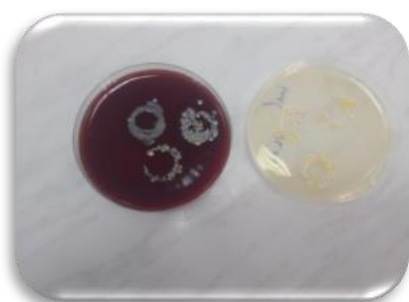


- Purtarea de inele reprezintă un factor de risc substanțial pentru portajul de bacili gram-negativi și Staphylococcus aureus iar concentrația acestora este corelată cu numărul de inele.

Figura 2. Am însământat 3 inele



Figura 3. S-au izolat 3 inele de germeni



### Dar unghiile cu gel/vopsite cu oja sunt permise?

Unghiile lungi, vopsite cu oja, lac de unghii, sau gel, nu sunt permise în spațiile unde desfășurăm activități medicale deoarece datorită porozității acestor produse aplicate, pot facilita pătrunderea și înmulțirea patogenilor. De asemenea, lacul de unghii ciobit crește numărul de microorganisme la nivelul acestora. Unghiile artificiale pot contribui la transmiterea în special de germeni gram-negativi. Numărul de germeni este mai mare pe unghiile artificiale decât pe marginile unghiilor naturale.

### Când purtăm mănuși de protecție?

Folosirea echipamentului personal de protecție este esențială în menținerea sănătății și siguranței pacienților cât și a personalului medical. Mănușile reprezintă o barieră importantă împotriva transmiterii microorganismelor, în special atunci când suntem expuși la lichidele biologice ale pacientului - sânge, puroi și alte secreții, însă acestea nu oferă protecție totală - indiferent de materialul din care sunt fabricate (latex, vinil sau neopren) sau de faptul că sunt sterile sau nesterile. Microorganismele pot trece, în anumite condiții, și de bariera artificială creată de mănuși. Încărcătura microbiană ce va trece de aceasta depinde însă de "stresul mecanic" aplicat materialului mănușii, adică de procedura medicală sau nemedicală ce era efectuată atunci când le purtăm, de prezența nedetectabilă cu ochiul liber a porilor care pot exista la nivelul mănușilor, de durata purtării acestora - *cu cât sunt purtate mai mult, cu atât riscul este mai mare* - și nu în ultimul rând de concentrația microbiană la care suntem expuși - *de exemplu concentrația microbiană este mai mare atunci când efectuăm toaleta unei plăgi infectate decât atunci când montăm un cateter venos periferic (branula)*.

Atunci când nu sunt folosite corect, mănușile devin din protecție o cale sigură de transmitere a microbilor. De aceea folosirea mănușilor trebuie considerată o **metodă adjuvantă igienei mâinilor** și nu una de substituție a acesteia.

Iată câteva reguli privind purtarea mănușilor:

Înainte de fiecare utilizare a mănușilor, este obligatorie efectuarea igienei mâinilor
Nu se poartă bijuterii sub mănuși
Nu se spală niciodată mănușile și nu se curăță folosind dezinfectant hidroalcoolic
Măinile se spală întotdeauna după îndepărtarea mănușilor

### Modalități practice pentru igienizarea mâinilor în cabinetele medicilor de familie

Postere realizate de Marian Nedelcu, Account Manager Tork România-reprezintă soluții practice de amplasare în cabinetele medicilor de familie a dozatoarelor de săpun și dezinfectant pentru mâini.

Consiliere pentru igiena cabinetelor medicale se poate cere la adresă de e-mail: marian.nedelcu@essity.com sau pe [www.tork.ro](http://www.tork.ro), consilierea este gratuită iar noi ne vom ocupa de recomandarea produselor, editarea posterelor și implementarea planului de igiena.

The New England Journal of Medicine a realizat în colaborare cu Organizația Mondială a Sănătății un film video despre igiena mâinilor, pe care l-a tradus inclusiv în limba română și pe care îl puteți viziona la adresa următoare.

[https://www.youtube.com/watch?time\\_continue=413&v=iBrRbLBUZTw](https://www.youtube.com/watch?time_continue=413&v=iBrRbLBUZTw)



**REGULI DE AUR IN IGIENA MAINILOR**

1. Folositi sapun lichid, spuma sau spray din **flacoane capsulate** pentru a prevenii dezvoltarea microbilor.
2. Sapunul trebuie sa fie destinat spalarii frecvente astfel incat **sa nu vatameze epiderma(extra mild)**.
3. Prosopul de maini trebuie sa fie de unica folosinta, din hartie,**dozat portie cu portie**.
4. Folositi o crema profesionala pentru hidratarea mainilor.
5. Solutia alcoolica antiseptica trebuie sa aiba **tolerabilitate demonstrata asupra pielii**.
6. Recomandam ca produsele mai sus mentionate sa fie amplasate in dozatoare ce nu permit **contaminarea incrucisata**.
7. Concomitent cu punerea la dispozitie a produselor pentru pacienti si aparinatori trebuie sa afisate **postere educative** asupra modalitatii de utilizare a produselor si de constientizare a modalitatii de contaminare a diferitilor patogeni.

**MAINILE CURATE SALVEAZA VIETI**



**“INTELEPCIUNEA INSEAMNA PREVENTIE, PROFILAXIA SUFLETULUI”**

Simpla igienizare a mainilor ramane principala modalitate de reducere a infectiilor nosocomiale și de diseminare a potentialilor agenti patogeni. Creșterea gradului de conștientizare privind motivele, modalitatile, momentele și locurile în care igiena mainilor este esentiala poate contribui la îmbunatatirea mediilor critice pentru igiena, precum spitalele, și la crearea unei lumi mai sănătoase.

**Cum dezinfectam mainile?**  
 O BUNA IGIENA INFLUA DEZINFECTIAI IN PREALABIL, SPALATI MAINILE DACA SUNT VIZIBIL MURDARE



**CUM SPĂLĂM MĂINILE?**

Durata intregii proceduri: cel puțin 30 de secunde!



**Asigurarea unei amplasari corecte a dozatoarelor este esentiala pentru imbunatatirea practicilor de igienizare a mainilor. De fapt, optimizarea amplasarii dozatoarelor poate creste utilizarea cu peste 50%**

Pozitionati dozatoarele cu solutie alcoolica antiseptica intr-un loc vizibil langa intrare, insotite de mesaje de semnalare si instructiuni de utilizare. Langa patul de consultatie dozatorul antisepticului trebuie sa fie la o lungime de mana distanta.

Pozitionati dozatoarele cu solutie alcoolica antiseptica in zonele circulante, langa intrarea in oficiul medical deoarece o mare parte din ingrijirile medicale incep si se termina aici.





*Folositi elemente vizuale(postere) pentru educarea pacientilor in ceea ce priveste riscurile contaminarii incrucisate si a modalitatilor de prevenire a infectiilor nosocomiale in unitatile sanitare. Folositi texte cu impact emotional pentru a determina pacientii si aparinatorii sa utilizeze solutiile antiseptice. La intrarea si iesirea din cabinetele medicale sau salile de asteptare este obligatorie dezinfectarea mainilor . Educatia pacientilor pentru prevenirea si raspandirea infectiilor trebuie sa inceapa in cabinetele medicilor de familie si sa se continue in unitatile spitalicesti.*



  
**LA ACEASTA INTALNIRE NU SUNTEM SINGURI, IA CU TINE DOAR GANDURILE BUNE, DEZINFECTEAZA-TE LA IESIRE**




  
**MODEL DE TEXT CU INDEMN LA ACTIUNE, MODEL DE IMAGINE CU IMPACT EMOTIONAL -MODEL DE DISPUNERE A DOZATOARELOR CU SOLUTIE ANTISEPTICA**  






### Asociația pentru prevenirea și controlul infecțiilor

Asociația pentru prevenirea și controlul infecțiilor (APCI) este o asociație nou înființată care își propune să adune sub același blazon, medici, asistenți medicali cât și alte categorii de personal interesate în îmbunătățirea metodelor de prevenire a infecțiilor și creșterea siguranței pacienților/personalului medical.

*“Noi, ca și asociație, credem cu adevărat că toate specialitățile și toate categoriile profesionale care au același scop, și anume prevenirea și controlul infecțiilor, ar trebui să rămână împreună și să lucreze împreună pentru siguranța și confortul pacientului. Iar acesta este scopul nostru principal”* - Dr. Sergiu Sîngeorzan, președintele APCI.

Scopul constituirii asociației este de a informa, promova și susține o politică de prevenire a infecțiilor, o practică ținută pe pacient sau pe utilizatorul de servicii, precum și siguranța personalului medical, indiferent de locul unde acesta își desfășoară activitatea.

Unul dintre obiectivele APCI este să conducă, să formeze și să informeze personalul medical cât și publicul privind agenda de prevenție a infecțiilor la nivel local, național și internațional.

APCI promovează permanent importanța igienei mâinilor deoarece o considerăm principala măsură de prevenție a infecțiilor și ne bucurăm ori de câte ori cei din jurul nostru pot să rezoneze cu motto-ul asociației noastre, adică *“împreună pentru o prevenție mai bună”*.

De aceea suntem convinși că medicina de familie cât și cititorii acestei reviste își vor putea găsi cu ușurință loc în APCI, motiv pentru care vă așteptăm alături de noi!



Sergiu Sîngeorzan - Președinte APCI  
 Ramona Marincas - Vice-președinte APCI  
 Alexandru Coman - Vice-președinte APCI  
 Diana Stoica - Secretar APCI  
 Delia Marcon - Cenzor APCI

**Concluzia noastră:** *Igiena mâinilor este “contagioasă” iar după ce-ți dai seama că e vitală, nu mai renunți la ea dar nici ea la tine.*

**Conflict de interese:** nu există

**Acknowledgments:** Acest material a fost realizat cu sprijinul APCI. Toți autorii au avut contribuție egală la acest articol.

#### Bibliografie

- Hallam C, Marincas R. (2013). *Primum Non Nocere. În primul rând să nu faci rău – recomandări de prevenire a infecțiilor asociate îngrijirilor medicale*. Zalău: Caiete Silvane;2013.
- WHO. *Clean hands*. Available from: <https://www.who.int/infection-prevention/campaigns/clean-hands/en/> [Accessed 15th December 2018].