

SAUGOK GYVYBES – PLAUK RANKAS COVID-19 KONTEKSTE

Rankų higiena visuomenėje

Tu esi svarbus kovojant su COVID-19 liga

- Rankos vaidina svarbų vaidmenį perduodant COVID-19 ligos sukėlėją
- SARS CoV2 virusas plinta oro lašeliniu ir kontaktiniu keliu. Kontaktinis perdavimo būdas, kuomet užsikrečiama liečiant užsikrėtusius asmenims ir/ ar užterštus daiktus ir paviršius. Todėl rankos yra infekcijos plitimo rizikos veiksny.



Kodėl rankų higiena yra svarbi COVID-19 ligos prevencinė priemonė?

- Rankų higiena yra viena iš efektyviausių priemonių, galinčių sumažinti mikrobų plitimą ir padedanti išvengti infekcijų, įskaitant COVID-19 ligą
- Visuomenė vaidina svarbų vaidmenį kovojant su COVID-19 liga, laikydamasi tinkamos rankų higienos



Prisijunkite prie **#SAFEHANDS** kampanijos dabar ir padėkite išsaugoti gyvybes

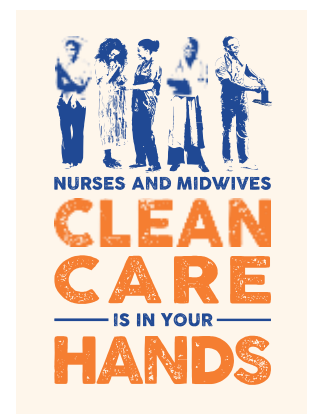
- PSO **ragina** politikos formuotojus:
- sudaryti sąlygas asmenims viešose vietose tinkamai rankų higienai
 - užtikrinti gerą rankų higienos praktiką sveikatos priežiūros įstaigose



Rankų higiena sveikatos priežiūros įstaigose

Kodėl svarbu dalyvauti pasaulinėje rankų higienos kampanijoje, kovojant su COVID-19 liga?

- PSO kampanija „SAUGOK GYVYBES – PLAUK RANKAS“ sutelkia žmones visame pasaulyje laikytis rankų higienos reikalavimų sveikatos priežiūros įstaigose, siekiant apsaugoti darbuotojus ir pacientus nuo COVID-19 ligos sukėlėjo ir kitų patogenų
- **Slaugytojos** ir kiti darbuotojai yra HEROJAI, kiekvieną dieną kovojantys su COVID-19 liga. **2020 rankų higienos kampanija didžiausią dėmesį skiria slaugytojoms ir akušerėms**, įvertinant jų svarbų vaidmenį infekcijų prevencijai.
- Ši kampanija prisideda ir prie **Jungtinių Tautų Generalinio Sekretoriaus** kvietimo imtis veiksmų sveikatos priežiūros įstaigose.



Sekite 2020 m. gegužės 5 d. SAUGOK GYVYBES – PLAUK RANKAS informaciją čia :
<https://www.who.int/infection-prevention/campaigns/clean-hands/en/>

**SAVE LIVES
CLEAN YOUR HANDS**

#safehands #handhygiene #infectionprevention

2020 m. gegužės 5-osios sąsaja su COVID-19 liga?

- Tarp kitų COVID-19 ligos prevencijos iniciatyvų, skatinančių rankų higieną, yra PSO iniciatyva „**SAUGOK GYVYBES – PLAUK RANKAS**“, skirta rankų higienos svarbai sveikatos priežiūros įstaigose
- Raginimas valstybėms narėms pagerinti rankų higienos prieinamumą visame pasaulyje
- 2020 m. gegužės 5 d. **PSO kampanija** pabrėžia svarbų slaugytojų ir akušerių vaidmenį infekcijų prevencijoje ir rankų higienos praktikoje, siekiant apsaugoti pacientus. Šių metų šūkis „**Slaugytojos ir akušerės, tinkama priežiūra jūsų rankose!**“
- Šiuo kritiniu metu visi turi padėti sveikatos priežiūros darbuotojams vykdyti geriausią rankų higienos praktiką.
- Kiekvienas raginimas veikti gali būti pritaikytas COVID-19 ligos kontekste

- **Slaugytojos** „Tinkama ir saugi priežiūra prasideda nuo Jūsų.“
- **Akušerės**: „Jūsų rankos daro įtaką motinoms ir kūdikiams.“
- **Politikos formuotojai**: „Padidinkite slaugytojų personalą, siekiant išvengti infekcijų ir užtikrinant sveikatos priežiūros kokybę. Sukurkite priemones, suteikiančias daugiau teisių slaugytojoms ir akušerėms“
- **Infekcijų kontrolės specialistai** "Suteikite slaugytojoms ir akušerėms galimybę teikti švarią priežiūrą“
- **Pacientai ir šeimos nariai** : " Saugesnė priežiūra Jums, su Jumis"

Ką reikia žinoti apie geriausią rankų higienos praktiką COVID-19 ligos kontekste?

RANKŲ HIGIENA

- Tiek SARS, tiek COVID-19 ligos epidemijų duomenys rodo, kad rankų higiena yra svarbi prevencijos priemonė, apsauganti sveikatos priežiūros darbuotojus nuo užsikrėtimo (Seto WH et al, "Lancet" 2003; Ran L et al, "Clin Infect Dis" 2020).
- Rankų plovimas visuomenėje yra svarbi viduriavimą sukeliančių ir kvėpavimo takų ligų prevencijos priemonė (Jeferson T, et al. "BMJ" 2008). Taigi, tai yra viena svarbiausių priemonių, galinčių užkirsti kelią COVID 19 ligos sukėlei plitimui.

REKOMENDACIJOS

- Alkoholinio rankų antiseptiko sudėtyje turi būti ne mažiau nei 60 proc. alkoholio. Antiseptikas turėtų būti sertifikuotas arba gaminamas, atsižvelgiant į PSO rekomendacijas.
- Paprastas muilas yra efektyvus inaktyvuojant virusus, tokius kaip SARS CoV2 (Sickbert-Bennett EE et al, "Am J Infect Control" 2005). Taip pat rankų plovimas pašalina mikrobus mechaniniu būdu (WHO Guidelines on Hand Hygiene in Health Care 2009).
 - Chloruotas vanduo 0.05 proc. nėra rekomenduojamas kasdinei rankų higienai, dėl neigiamo poveikio odai.

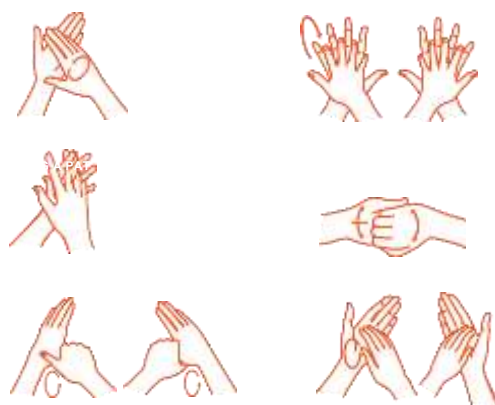
Tinkamas rankų higienos laikas ir tinkama technika sveikatos priežiūros įstaigose

Svarbu rankų higieną atlikti taisyklingai ir naudojant tinkamas priemones

TINKAMAS MOMENTAS



TINKAMA TECHNIKA



TINKAMA TRUKMĖ

- Alkoholinis rankų antiseptikas: **20-30 sekundžių**
- Vanduo ir muilas: **40-60 sekundžių**