

# Principiile spălării aseptice a mâinilor

## Definiție.

Asepticul este starea de a nu fi contaminanți cu cauzatori de boli (cum ar fi bacteriile, virusurile, ciupercile și paraziții).

Antisepticele (din greacă αντί -anti, „împotriva” + σηπτικός -septikos, „putrefactive”) sunt substanțe antimicrobiene.



## Îmbunătățirea practicii de igienă a mâinilor. De ce?



Bacterii care cauzează infecții dobândite în spital sunt transmise cel mai frecvent prin mâinile murdare.

Studiile au arătat că spălarea mâinilor printre pacienți reduce răspândirea bacteriilor.

Rata de conformitate a spălării mâinilor la asistente medicale este de 40%.

## Indicații specifice pentru igiena mâinilor.

- Înainte de contact cu pacient.
- Până la îmbrăcarea mănușilor pentru diferite manopere.
- După contactul cu pielea unui pacient.
- Contact cu lichide sau excreții corporale, piele, pansamente.
- Scoaterea mănușilor.

## Mulți din personal nu își dau seama când au germeni pe mâini.

Sarcinile simple pot contamina mâinile:

- Luând semnele vitale ale unui pacient.
- Atingerea hainelor sau lenjeriei pacientului.
- Atingerea echipamentelor și a mobilierului din apropiere.



## Săpun și apă contra alcoolului.

Frecați mâinile cu alcool pentru a distruge microorganismele de pe ele, alcoolul în acest caz este cu mult mai eficient.

Alcoolul poate fi mereu pus la îndămână.

Necesitatea menținerii stocului, pentru a avea la dispoziție alcool.

Săpunul este mai puțin iritant pentru piele.

Utilizând alcool economisești timp pentru igiena mâinilor.

### **Unghiile și inelele în îngrijirile medicale?**

Păstrați vârfuri naturale pentru unghii  $<1/4$  mm din lungime

Nu trebuie să aveți unghii sau extensoare artificiale atunci când aveți un contact direct cu pacienții .

Recomandări privind inelele la moment nu sunt aprobate.



### **Spălatul mâinilor.**

Spălarea mâinilor este unul dintre cele mai importante instrumente în sănătatea publică.

Durata minimă 15 secunde.

**Zona antebrățului trebuie eliberată de haine prin ridicarea lor.**



**Poziționați-vă în fața chiuvetei, dar nu o atingeți.**



**Folosiți dispozitive speciale pentru a deschide apa.**



Debitul de apă trebuie să fie cât mai mare posibil, dar nu pulverizați zonele în afara perimetrului chiuvetei.

**Apa trebuie să curgă pe mâini, degetele fiind orientate în jos.**



**Luați 4-5 ml de săpun.**

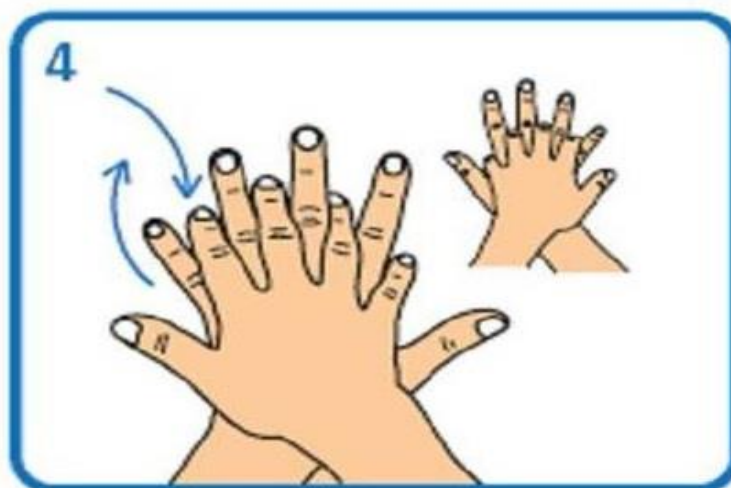


**Frecați mâinile: palma spre palmă, în direcție circulară.**



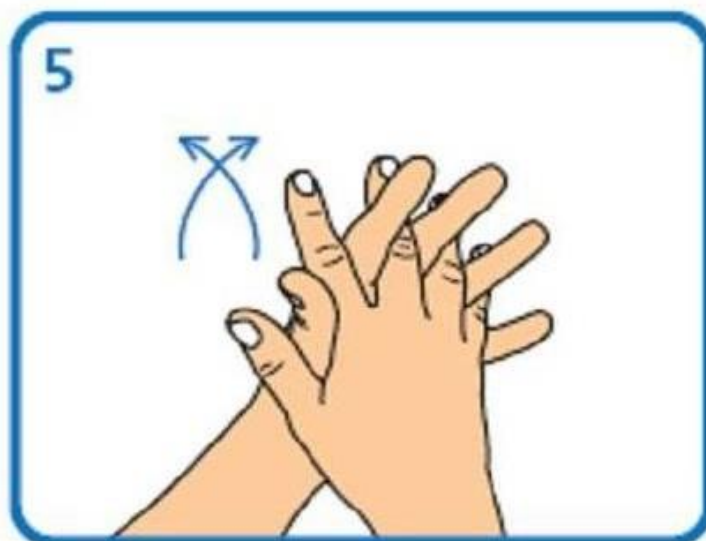
Rub hands palm  
to palm

**Frecați mâinile: palma dreaptă peste dorsul stâng cu degetele întrețesute,  
palma stângă peste dorsul drept cu degetele întrețesute.**



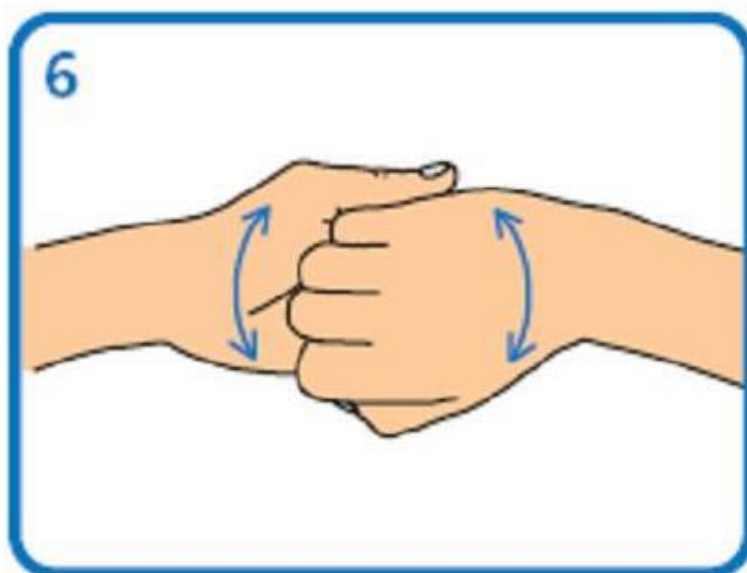
Rub back of each hand  
with palm of other hand  
with fingers interlaced

**Frecați mâinile: palma stângă peste dorsul drept cu degetele întrețesute.**



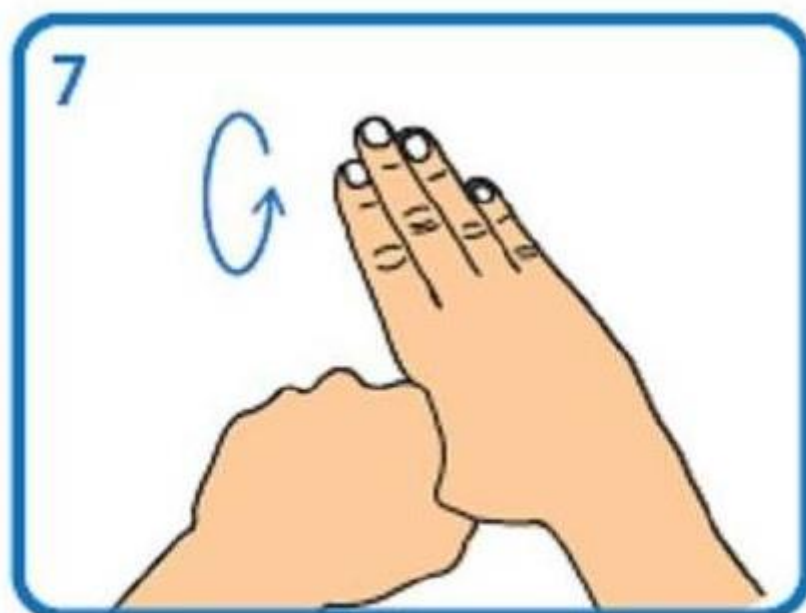
Rub palm to palm with  
fingers interlaced

**Frecați vârfurile degetelor cu mișcări circulare, spatele degetelor la palmele opuse cu degetele interblocate.**



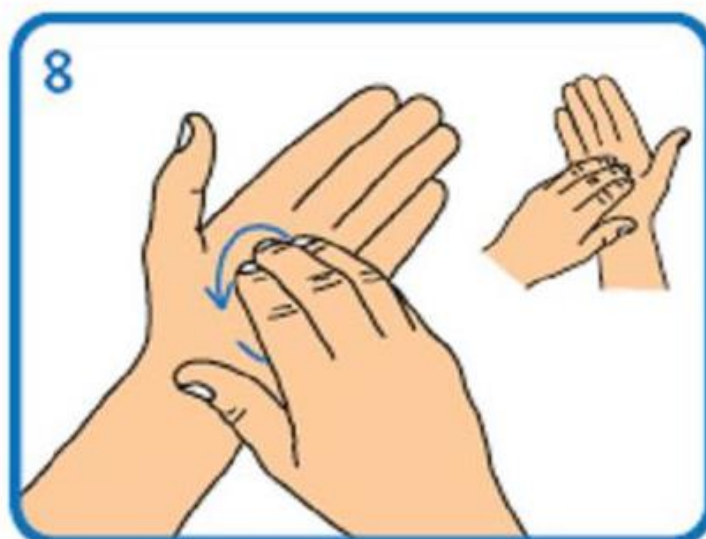
Rub with back of fingers  
to opposing palms with  
fingers interlocked

**Frecați degetul mare: frecarea rotativă a degetului stâng strâns în palma dreaptă și invers.**



Rub each thumb clasped in opposite hand using a rotational movement

**Frecarea rotativă.**



Rub tips of fingers in opposite palm in a circular motion

**Clătiți mâinile, așezându-le sub apă curgătoare, degetele trebuie îndreptate în jos.**



Rinse hands  
with water

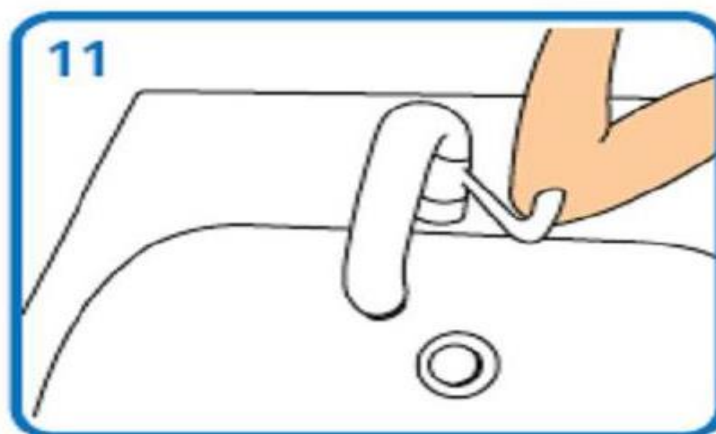
**Uscați mâinile cu un prosop de hârtie:**

- vârfurile degetelor trebuie orientate în sus.
- prin conectarea fără frecare.
- unidirecțional, de la vârful degetului la încheietura mâinii.
- folosiți un nou prosop de hârtie care trece la alte mâini.



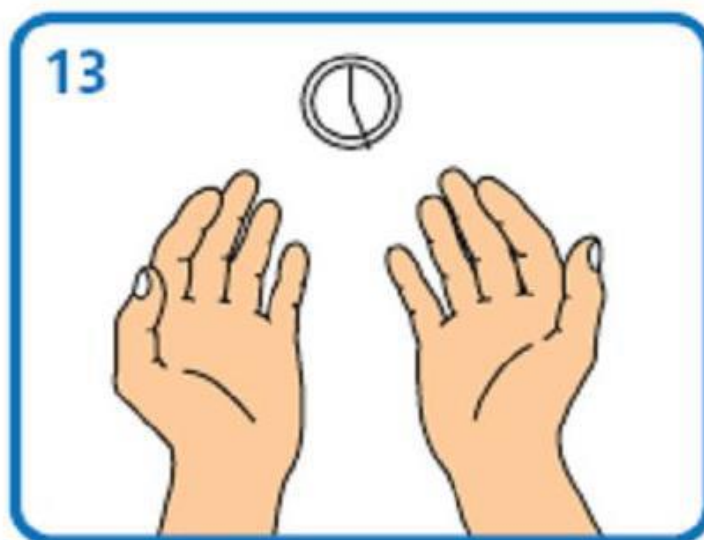
Dry thoroughly with  
a single-use towel

**Folosiți cotul pentru a opri robinetul.**



Use elbow to  
turn off tap

**Spălarea mâinilor trebuie să dureze 15-30 de secunde!**



Hand washing should take  
15–30 seconds

## **Întrebări pentru verificarea cunoștințelor:**

### **1. Dați definiția aseptiei.**

- Asepticul este starea de a nu fi contaminanți cu cauzatori de boli (cum ar fi bacteriile, virusurile, ciupercile și paraziții).

### **2. Ce sunt antisepticele?**

- Antisepticele sunt substanțe antimicrobiene.

### **3. Îmbunătățirea practicii de igienă a mâinilor. De ce?**

- Bacterii care cauzează infecții dobândite în spital sunt transmise cel mai frecvent prin mâinile murdare.
- Studiile au arătat că spălarea mâinilor printre pacienți reduce răspândirea bacteriilor.
- Rata de conformitate a spălării mâinilor la asistente medicale este de 40%.

### **4. Indicații specifice pentru igiena mâinilor sunt:**

- Înainte de contact cu pacient.
- Până la îmbrăcarea mănușilor pentru diferite manopere.
- După contactul cu pielea unui pacient.
- Contact cu lichide sau excreții corporale, piele, pansamente.
- Scoaterea mănușilor.

### **5. Care sunt sarcinile simple ce pot contamina mâinile:**

- Luând semnele vitale ale unui pacient.
- Atingerea hainelor sau lenjeriei pacientului.
- Atingerea echipamentelor și a mobilierului din apropiere.

### **6. Săpun și apă contra alcoolului.**

- Frecați mâinile cu alcool pentru a distruge microorganismele de pe ele, alcoolul în acest caz este cu mult mai eficient.
- Alcoolul poate fi mereu pus la îndemână.
- Necesitatea menținerii stocului, pentru a avea la dispoziție alcool.
- Săpunul este mai puțin iritant pentru piele.
- Utilizând alcool economisești timp pentru igiena mâinilor.

### **7. Spălatul mâinilor presupune o serie de pași pentru realizarea corectă a procedurii, enumerați acești pași:**

- Zona antebrățului trebuie eliberată de haine prin ridicarea lor.
- Poziționați-vă în fața chiuvetei, dar nu o atingeți.
- Folosiți dispozitive speciale pentru a deschide apa.
- Apa trebuie să curgă pe mâini, degetele fiind orientate în jos.
- Luați 4-5 ml de săpun.
- Frecați mâinile: palma spre palmă, în direcție circulară.
- Frecați mâinile: palma dreaptă peste dorsul stâng cu degetele întrețesute, palma stângă peste dorsul drept cu degetele întrețesute.
- Frecați mâinile: palma stângă peste dorsul drept cu degetele întrețesute.

- Frecați vârfurile degetelor cu mișcări circulare, spatele degetelor la palmele opuse cu degetele interblocați.
- Frecați degetul mare: frecarea rotativă a degetului stâng strâns în palma dreaptă și invers.
- Frecarea rotativă.
- Clătiți mâinile, așezându-le sub apă curgătoare, degetele trebuie îndreptate în jos.
- Uscați mâinile cu un prosop de hârtie.
- Folosiți cotul pentru a opri robinetul.
- Spălarea mâinilor trebuie să dureze 15-30 de secunde!

## **Teste:**

### **1. Dați definiția asepsiei.**

- a. \* Asepticul este starea de a nu fi contaminanți cu cauzatori de boli (cum ar fi bacteriile, virusurile, ciupercile și paraziții).
- b. Asepticul este starea de a fi contaminanți cu cauzatori de boli (cum ar fi bacteriile, virusurile, ciupercile și paraziții).
- c. Asepticul este starea de identifica microorganismele (cum ar fi bacteriile, virusurile, ciupercile și paraziții).
- d. Asepticul este starea de a nu fi contaminanți cu cauzatori de boli specifice chirurgiei.
- e. Asepticul este starea de nimicire totală a cauzatorilor de boli (cum ar fi bacteriile, virusurile, ciupercile și paraziții).

### **2. Ce sunt antisepticele?**

- a. \* Antisepticele sunt substanțe antimicrobiene.
- b. Antisepticele sunt o clasă de antibiotice.
- c. Antisepticele sunt dezinfectanți.
- d. Antisepticele sunt substanțe utilizate doar în chirurgie.
- e. Nici un răspuns nu este corect.

### **3. Îmbunătățirea practicii de igienă a mâinilor este importantă deoarece:**

- a. \* Bacterii care cauzează infecții dobândite în spital sunt transmise cel mai frecvent prin mâinile murdare.
- b. \* Studiile au arătat că spălarea mâinilor printre pacienți reduce răspândirea bacteriilor.
- c. \* Rata de conformitate a spălării mâinilor la asistente medicale este de 40%.
- d. Studiile au arătat că spălarea mâinilor printre pacienți nu reduce răspândirea bacteriilor.
- e. Rata de conformitate a spălării mâinilor la asistente medicale este de 60%.

### **4. Indicații specifice pentru igiena mâinilor sunt:**

- a. \* Înainte de contact cu pacient.
- b. \* Până la îmbrăcarea mănușilor pentru diferite manopere.
- c. \* După contactul cu pielea unui pacient.
- d. \* Contact cu lichide sau excreții corporale, piele, pansamente.
- e. În timpul utilizării mănușilor.

### **5. Care sunt sarcinile simple ce pot contamina mâinile:**

- a. \* Luând semnele vitale ale unui pacient.
- b. \* Atingerea hainelor sau lenjeriei pacientului.
- c. \* Atingerea echipamentelor și a mobilierului din apropiere.
- d. Colectarea anamnezei bolii.
- e. Contaminarea mâinilor este un fenomen rar.

**6. Săpun și apă contra alcoolului, care sunt momentele cheie.**

- a. \* Frecați mâinile cu alcool pentru a distruge microorganismele de pe ele, alcoolul în acest caz este cu mult mai eficient.
- b. \* Alcoolul poate fi mereu pus la îndemână.
- c. \* Necesitatea menținerii stocului, pentru a avea la dispoziție alcool.
- d. \* Săpunul este mai puțin iritant pentru piele.
- e. Utilizând alcool nu economisește timp pentru igiena mâinilor.

**7. Spălatul mâinilor presupune o serie de pași pentru realizarea corectă a procedurii, enumerați acești pași:**

- a. \* Zona antebrațului trebuie eliberată de haine prin ridicarea lor.
- b. \* Poziționați-vă în fața chiuvetei, dar nu o atingeți.
- c. \* Folosiți dispozitive speciale pentru a deschide apa.
- d. \* Apa trebuie să curgă pe mâini, degetele fiind orientate în jos.
- e. Luați 4-5 ml de etanol.

**8. Spălatul mâinilor presupune o serie de pași pentru realizarea corectă a procedurii, enumerați acești pași:**

- a. \* Frecați mâinile: palma spre palmă, în direcție circulară.
- b. \* Frecați mâinile: palma dreaptă peste dorsul stâng cu degetele întreșute, palma stângă peste dorsul drept cu degetele întreșute.
- c. \* Frecați mâinile: palma stângă peste dorsul drept cu degetele întreșute.
- d. \* Frecați vârfurile degetelor cu mișcări circulare, spatele degetelor la palmele opuse cu degetele interblocate.
- e. Frecați degetul mare stâng: frecarea rotativă a degetului stâng strâns în palma dreaptă.

**9. Spălatul mâinilor presupune o serie de pași pentru realizarea corectă a procedurii, enumerați acești pași:**

- a. Frecarea longitudinală a antebrațelor.
- b. \* Clățiți mâinile, așezându-le sub apă curgătoare, degetele trebuie îndreptate în jos.
- c. \* Uscați mâinile cu un prosop de hârtie.
- d. \* Folosiți cotul pentru a opri robinetul.
- e. \* Spălarea mâinilor trebuie să dureze 15-30 de secunde!