

# *“Una mano lava l'altra”*



Dopo 3 anni di pandemia ancora non avete capito come si igienizzano le mani?

Tranquilli ci pensano i ragazzi dell'Ecass.



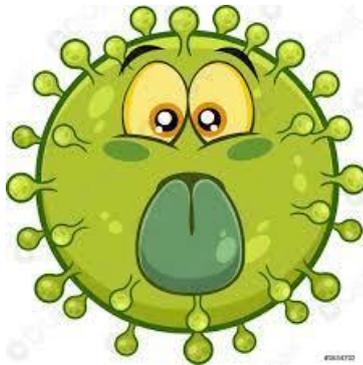
## Introduzione

Il lavaggio delle mani rappresenta da solo il mezzo più importante per prevenire la trasmissione delle infezioni in ambiente sanitario .

Serve ad allontanare fisicamente lo sporco e la maggior parte della flora transitoria della cute.

La flora transitoria, o microbica o occasionale, si trova sulla pelle delle mani. E' costituita da più microorganismi che possono essere eliminati con l'aiuto del semplice lavaggio delle mani con acqua e sapone. La sua persistenza sulla pelle delle mani, può essere maggiore o minore, a seconda degli oggetti , delle superfici e dei materiali che vengono a contatto delle mani nel corso della giornata.

Prevenire il passaggio dei microorganismi dall'ambiente sanitario al paziente, ed al paziente al personale.



- **Come e dove si applica? Chi sono i destinatari?**

Si applica in ogni procedura riabilitativa e assistenziale all'interno di tutte le unità riabilitative dei centri gestiti dall'Ecass Soc.Coop.Sociale Onlus. I destinatari sono medici, tecnici laureati, tecnici della riabilitazione, gli operatori socio sanitari e comunque tutto il personale che a qualsiasi titolo operi all'interno dei nostri centri.

- **Quando si igienizzano le mani?**

- All'entrata e all'uscita del centro
- Dopo essere scesi dai mezzi pubblici
- Prima e dopo essersi tolti guanti, in caso di impatto accidentale con liquidi biologici
- Prima e dopo dell'esecuzione dell'intervento riabilitativo
- Prima e dopo l'uso dei servizi igienici
- Prima di apparecchiare
- Prima di cucinare
- Prima della distribuzione di alimenti
- Prima e dopo aver mangiato
- Prima della distribuzione dei farmaci
- Dopo aver portato le mani al naso e alla bocca aver tossito, starnutito o soffiato il naso
- Dopo aver usato un telefono, maneggiato soldi ecc....



- **Tipi di lavaggio delle mani:**

Conosciamo due modi per lavarsi le mani:

- 1 **Lavaggio Antisettico:**

Ha lo scopo di eliminare i germi patogeni presenti sulle mani, attraverso l'uso di acqua e detergenti contenenti un agente antisettico.

Togliere bracciali, anelli, orologio. Aprire l'acqua: controllare che sia tiepida. Non schizzare l'acqua e non appoggiarsi sul lavandino. Bagnare le mani e distribuire una dose di detergente sulle mani.

Strofinare i palmi, i polsi e i dorsi delle mani energicamente, con movimenti circolari per 60-90 secondi. Lavare gli spazi interdigitali e le dita, tornando indietro e così via. Continuare a frizionare per 15-30 secondi per ogni mano.

Risciacquare abbondantemente le mani i polsi.

L'acqua dovrebbe correre da parti meno contaminate a quelle più contaminate.

Asciugare le mani le braccia accuratamente con una salvietta di carta proseguendo con la punta delle dita verso l'avambraccio tamponando la cute.

Frizionare con la carta. Gettare la salvietta monouso nell'apposito cestino.

Chiudere l'acqua mettendo una salvietta asciutta sul rubinetto se è del tipo a manopola o se è possibile con la chiusura a gomito.



## 2 Frizione alcolica:

Ha lo scopo di eliminare i germi patogeni , attraverso l'utilizzo di soluzioni al 60-80% di alcool, associato a sostanze ed emollienti e umidificanti, in grado di proteggere la cute delle mani. I prodotti possono essere in gel, liquidi o in schiuma e non vanno usati su cute lesa o ferite e in presenza di fiamme.

Per eseguire la frizione alcolica non serve l'acqua, non occorre che ci sia un lavandino e non occorre carta per lavarsi le mani.

La frizione deve durare complessivamente 30-40 secondi, fino a completa asciugatura . Va' evitato l'uso contemporaneo di frizione a base alcolica e sapone antisettico.



## Raccomandazioni

Non portare durante il lavoro anelli, bracciali o orologi. Le unghie devono essere corte ed arrotondate. Sotto le unghie è un punto dove più proliferano i batteri.

Insaponare le mani accuratamente con sapone liquido e rispettare il tempo di lavaggio.

Utilizzare acqua tiepida (37-38 gradi), in quanto non rimuove gli olii protettivi dalla pelle come l'acqua calda e riduce la screpolatura delle mani prodotta dai frequenti lavaggi.

Non mescolare mai i detergenti con i disinfettanti perché il prodotto che si ottiene non è equivalente dei prodotti già preparati.

È importante che il distributore di detergente antisettico liquido non siano apportati ma puliti (lavati ed asciugati), ogni volta che si svuotano per evitare la contaminazione del detergente.

Asciugarsi con carta monouso, eliminare e tamponando l'umidità residua la cui presenza favorirebbe la presenza di nuovi microorganismi; Lavare le mani senza asciugare può essere anche peggio che non lavarle. Lo sfregamento con carta monouso potrebbe provocare abrasioni della cute.

L'uso di sapone ed in particolare di antisettici può provocare dermatiti. Per prevenire problemi irritativi, secchezza, screpolature, pertanto, usare quantità appropriate di saponi liquidi antisettici e aver cura di sciacquare la mani dopo sapone o antisettico.

A fine giornata lavorativa usare creme protettive. Non usare saponi in pezzi poiché sono fonte di batteri.

Non usare asciugamani in tessuto o comunque di uso promiscuo.

Ricordarsi di chiudere i rubinetti.



## Uso dei guanti

L'uso dei guanti non sostituisce l'igiene delle mani. Indossare i guanti quando si può prevedere che vi sarà contatto con sangue o altri materiali potenzialmente infetti, mucose e cute non integra. Rimuovere i guanti dopo l'assistenza al paziente.

Non indossare lo stesso paio di guanti per l'assistenza a più di un paziente.

Cambiare i guanti durante l'assistenza ad un paziente sia quando ci si sposta da un area del corpo contaminata ad un'altra dello stesso paziente e sia quando ci si sposta nell'ambiente circostante.

***"Prendete in mano la vostra vita e  
fatene un capolavoro"***  
**Karol Wojtyła**

