
METODICKÁ OPATŘENÍ

6.

HYGIENICKÉ ZABEZPEČENÍ RUKOU VE ZDRAVOTNÍ PÉČI

ZN.: 19763/2005

REF.: MUDr. Sylvie Kvášová, tel.: 22497 linka 2440

K zajištění jednotného postupu stanoví tento metodický pokyn zásady osobní hygieny, péče o ruce a jejich bezpečnou přípravu ke zdravotnickým úkonům v rámci ošetrovatelské a léčebné péče o pacienty, přesně definuje dílčí postupy při mytí a dezinfekci rukou a tyto postupy standardizuje.

Obsah tohoto metodického pokynu

1. Účel	str. 2
2. Pojmy a zkratky	str. 2
2.1. POJMY, DEFINICE	str. 2
2.2. ZKRATKY	str. 3
3. HYGIENICKÉ ZABEZPEČENÍ RUKOU VE ZDRAVOTNÍ PÉČI	str. 3
3.1. MECHANICKÉ MYTÍ RUKOU (MMR) JAKO SOUČÁST OSOBNÍ HYGIENY .	str. 3
3.1.1. Definice	str. 3
3.1.2. Prostředky	str. 3
3.1.3. Postup MMR jakou součástí osobní hygieny	str. 3
3.2. MMR PŘED CHIRURGICKOU DEZINFEKČÍ RUKOU	str. 3
3.2.1. <i>Definice</i>	str. 3
3.2.2. <i>Prostředky a pomůcky</i>	str. 4
3.2.3. <i>Postup MMR před chirurgickou dezinfekcí rukou</i>	str. 4
3.3. CHIRURGICKÁ DEZINFEKCE RUKOU (CHDR)	str. 4
3.3.1. <i>Definice</i>	str. 4
3.3.2. <i>Prostředky a pomůcky</i>	str. 4
3.3.3. <i>Postup při CHDR</i>	str. 4
3.4. HYGIENICKÁ DEZINFEKCE RUKOU (HDR)	str. 4
3.4.1. <i>Definice</i>	str. 4
3.4.2. <i>Prostředky pomůcky</i>	str. 5
3.4.3. <i>Postup pro hygienickou dezinfekci rukou</i>	str. 5
3.5. HYGIENICKÉ MYTÍ RUKOU (HMR)	str. 5
3.5.1. <i>Definice</i>	str. 5
3.6. PŘÍPRAVKY K MYTÍ A DEZINFEKCI RUKOU	str. 5
3.6.1. <i>Alkoholové dezinfekční prostředky</i>	str. 6
3.6.2. <i>Mycí prostředky obsahující pouze tenzidy</i>	str. 6
3.7. POUŽÍVÁNÍ RUKAVIC	str. 6
3.7.1. <i>Definice</i>	str. 6
3.7.2. <i>Pomůcky - druhy, typy používaných rukavic</i>	str. 6
3.7.3. <i>Postup pro používání rukavic</i>	str. 7

1. Účel

Tento metodický pokyn stanovuje zásady osobní hygieny, péče o ruce a jejich bezpečnou přípravu ke zdravotnickým úkonům v rámci ošetrovatelské a léčebné péče o pacienty při zachování bezpečnosti pro zaměstnance.

2. Pojmy a zkratky

2.1. **POJMY**

Biocidní přípravek - obsahuje jednu nebo více účinných látek určených k ničení, odpuzování, zneškodňování, zabránění účinku nebo dosažení jiného regulačního účinku na jakýkoliv škodlivý organismus chemickým nebo biologickým způsobem.

Léčivý přípravek - látka nebo kombinace látek, určené k léčení nebo předcházení nemocí u lidí nebo zvířat.

Stálá (rezidentní) mikroflóra kůže - mikroorganismy vyskytující se v hlubších vrstvách epidermis, ve vývodech potních mazových žláz, okolí nehtů zpravidla v konstantních poměrech.

Přechodná (transientní) mikroflóra kůže - mikroorganismy kontaminující povrch kůže rukou; jejich množství a poměr je odrazem mikrobiálního zatížení prostředí a charakteru vykonávané práce.

Specifický odpad ze zdravotnických zařízení (kód druhu odpadu 180103) - veškeré biologicky kontaminované předměty a pomůcky včetně jednorázových osobních ochranných pomůcek i rukavic.

DEFINICE

Mechanické mytí rukou (MMR) jako součást osobní hygieny

Mechanické odstranění nečistoty a částečně přechodné mikroflóry z pokožky rukou.

MMR- před chirurgickou dezinfekcí rukou

Mechanické odstranění nečistoty a částečně přechodné mikroflóry z pokožky rukou a předloktí před chirurgickou dezinfekcí.

CHDR- chirurgická dezinfekce rukou

Redukce množství přechodné i trvalé mikroflóry na pokožce rukou a předloktí.

HDR- hygienická dezinfekce rukou

Redukce množství přechodné mikroflóry z pokožky rukou s cílem přerušení cesty přenosu mikroorganismů.

HMR- hygienické mytí rukou

Odstranění nečistoty a snížení množství přechodné mikroflóry na pokožce rukou mycími přípravky s dezinfekční přísadou.

Používání rukavic

Rukavice jsou osobní ochrannou pracovní pomůckou.

2.2. ZKRATKY

- EN - evropská norma
- MMR - mechanické mytí rukou
- HDR - hygienická dezinfekce rukou
- CHDR - chirurgická dezinfekce rukou
- HMR - hygienické mytí rukou.

3. HYGIENICKÉ ZABEZPEČENÍ RUKOU VE ZDRAVOTNÍ PÉČI

3.1. Mechanické mytí rukou (MMR) jako součást osobní hygieny

3.1.1. Definice

Mechanické odstranění nečistoty a částečně i přechodné mikroflóry z pokožky rukou. Provádí se před a po běžném kontaktu s pacientem, po sejmutí rukavic atd.

3.1.2. Prostředky a pomůcky

- * tekutý mycí přípravek z dávkovače, toaletní mýdlo apod.,
- * tekoucí pitná voda,
- * ručníky pro jedno použití.

3.1.3. Postup MMR jako součásti osobní hygieny

- ruce zvlhčit vodou,
- nanést mycí přípravek a dobře rozetřít na rukou,
- s malým množstvím vody napěnit,
- vlastní mytí 30 vteřin,
- dobře opláchnout tekoucí pitnou vodou,
- (oplachy pitnou a teplou vodou se řídí vyhláškou č. 252/2004 Sb. přílohy č. 1 a č. 2),
- do sucha utřít ručníkem pro jedno použití.

3.2. MMR před chirurgickou dezinfekcí rukou

3.2.1. Definice

Mechanické odstranění nečistoty a částečně i přechodné mikroflóry z pokožky rukou a předloktí před chirurgickou dezinfekcí.

Provádí se:

Před zahájením operačního programu.

3.2.2. Prostředky a pomůcky

- * tekutý mycí přípravek z dávkovače,
- * tekoucí teplá voda z vodovodní baterie s ovládním bez přímého dotyku prsty rukou,
- * kartáček na nehty jednorázový nebo sterilizovaný,
- * ručníky/roušky pro jedno použití uložené ve vhodném zásobníku.

3.2.3. Postup MMR před chirurgickou dezinfekcí rukou

je shodný s postupem MMR jako součást osobní hygieny po dobu 1 minuty rozšířený o mechanické mytí předloktí. V případě viditelného znečištění s použitím kartáčku na okolí nehtů, nehtové rýhy a špičky prstů.

3.3. CHIRURGICKÁ DEZINFEKCE RUKOU (CHDR)

3.3.1. Definice

Redukce množství přechodné i trvalé mikroflóry na pokožce rukou a předloktí.

Provádí se:

- - - před zahájením operačního programu,
- - - mezi jednotlivými operacemi,
- - - při porušení celistvosti nebo výměně rukavic během operace.

3.3.2. Prostředky a pomůcky

- * tekutý alkoholový dezinfekční prostředek určený k chirurgické dezinfekci rukou z dávkovače ovládaného bez přímého dotyku prsty rukou.

3.3.3. Postup při CHDR

* Vtírání alkoholového dezinfekčního prostředku v množství cca 10 ml po dobu 3-5 minut do suché pokožky rukou a předloktí (směrem od špiček prstů k loktům, od špiček prstů do poloviny předloktí a od špiček prstů po zápěstí), do úplného zaschnutí. Ruce musí být vlhké po celou dobu expozice. Ruce se neoplachují ani neutrájí.

Poznámka:

Po skončení operačního programu se ruce umyjí teplou vodou a mýdlem (viz MMR) a osuší se.

3.4. HYGIENICKÁ DEZINFEKCE RUKOU (HDR)

3.4.1. Definice

Redukce množství přechodné mikroflóry z pokožky rukou s cílem přerušit cestu přenosu mikroorganismů.

Provádí se:

- - - jako součást bariérové ošetrovatelské techniky,
- - - jako součást hygienického filtru,
- - - po náhodné kontaminaci rukou biologickým materiálem,
- - - v případě protržení rukavic během výkonu.

3.4.2. Prostředky a pomůcky

alkoholový dezinfekční prostředek určený k hygienické dezinfekci rukou.

V případě nutnosti lze nahradit alkoholové dezinfekční prostředky jinými dezinfekčními prostředky, určenými k dezinfekci rukou (Persteril, Braunol apod.).

3.4.3. Postup pro hygienickou dezinfekci rukou

- * Vtírání alkoholového dezinfekčního prostředku v množství cca 3 ml po dobu 30-60 sekund do suché pokožky rukou do úplného zaschnutí. Ruce se neoplachují ani neotírají.

Poznámka:

Hygienická dezinfekce rukou je při běžném ošetrovatelském kontaktu mezi jednotlivými pacienty vhodnější než mechanické mytí rukou.

3.5. HYGIENICKÉ MYTÍ RUKOU (HMR)**3.5.1. Definice**

Odstranění nečistoty a snížení množství přechodné mikroflóry na pokožce rukou mycími přípravky s dezinfekční přísadou.

Je účinnější než mechanické mytí rukou (MMR), ale méně účinné než hygienická dezinfekce rukou (HDR – viz dále).

Provádí se:

- * . . . při přípravě pokrmů,
- * . . . při výdeji pokrmů,
- * . . . při osobní hygieně.

Poznámka:

Není vhodné pro rutinní používání ve zdravotnictví. Doporučuje se používat při ošetrování osob v ÚSP, v domácí péči apod.

3.6. PŘÍPRAVKY K MYTÍ A DEZINFEKCI RUKOU

Požadavky na dezinfekční prostředky na ruce:

➤ zařazení dle platného právního předpisu^{*)}

- prostředky pro HMR musí vyhovovat ČSN EN 1499,
- prostředky pro HDR musí vyhovovat ČSN EN 1500,
- prostředky pro CHDR musí vyhovovat prEN 12791,

- účinné,
- šetrné,
- dobře aplikovatelné,
- dostupné,
- ekonomické.

3.6.1. Alkoholové dezinfekční prostředky

3.6.2. Požadavky:

- * dodávka v originálním balení,
- * dávkování pomocí dávkovačů (dávkovací zařízení je nutné udržovat v čistotě, při každé výměně náplně je řádně omýt a vymýt, dezinfikovat, případně sterilizovat),
- * neředěné,
- * s možností okamžitého použití,
- * s rychlým účinkem,
- * s obsahem zvlhčovací složky, která zabraňuje vysoušení pokožky.

3.6.2. Mycí přípravky obsahující pouze tenzidy

Poznámka:

Nemají dezinfekční účinek, nesnižují v požadované míře počty bakterií a virů při mytí rukou.

3.7. POUŽÍVÁNÍ RUKAVIC

3.7.1. Definice

Rukavice jsou osobní ochrannou pracovní pomůckou. Zajišťují mechanickou bariéru, která:

- * snižuje riziko přenosu mikroflóry od pacienta na personál i obráceně od personálu na pacienta,
- * částečně chrání pokožku rukou před agresivními účinky dezinfekčních prostředků a jiných škodlivin.

Výběr rukavic závisí na druhu předpokládané činnosti.

3.7.2. Pomůcky – druhy, typy používaných rukavic

- * pryžové latexové (obsahující z 95 % čistý přírodní latex), sterilní nebo nesterilní,
- * vinylové (event. kopolymerové, neoprénové aj. u alergií na latex), sterilní nebo nesterilní,
- * polyetylenové,
- * bavlněné,
- * antiradiační rukavice z pryže s příměsí olovnatých solí,

^{*)} Zákona č. 120/2002 Sb., o podmínkách uvádění biocidních přípravků a účinných látek na trh a o změně některých souvisejících zákonů, ve znění pozdějších předpisů.

- * . . . gumové pracovní rukavice.

Některé typy rukavic mají vnitřek pokryt vrstvičkou pudru z absorpčního kukuřičného škrobu nebo speciálně vícevrstevně potažen syntetickým latexem pro snadné navlékání.

3.7.3. Postup pro používání rukavic

- * . . . K úkonům s rizikem neplánovaného parenterálního vstupu nebo s plánovaným parenterálním vstupem do organismu lze používat pouze jednorázové sterilní rukavice a při manipulaci dodržovat aseptické postupy. Po sejmutí rukavic je třeba ruce umýt (MMR), v případě protržení rukavic během výkonu je nutné provést hygienickou dezinfekci rukou (HDR) a potom mechanicky umýt (MMR). V případě pokračování výkonu provést opět CHDR.
- * . . . K vyšetřování fyziologicky nesterilních dutin (k úkonům bez rizika narušení celistvosti sliznic) lze používat nesterilní jednorázové rukavice. Při manipulaci je nutné respektovat návod výrobce. Po sejmutí rukavic je třeba ruce umýt (MMR), v případě protržení rukavic během výkonu je nutné provést hygienickou dezinfekci rukou (HDR) a potom mechanicky umýt (MMR). V případě pokračování výkonu provést opět HDR.
- * . . . Při manipulaci s biologickým materiálem pacientů, úklidu a práci s jinými škodlivinami musí ochranné rukavice cíleně chránit proti používané škodlivině. U rukavic pro opakované používání (např. gumové pracovní rukavice) musí po použití následovat jejich bezpečné ošetření (event. dekontaminace při znečištění biologickým materiálem) včetně osušení. Poškozené rukavice se nesmí používat.

Použité rukavice je třeba likvidovat jako specifický odpad ze zdravotnických zařízení.

Tímto se zrušuje Metodický pokyn č. 3/1995 Věstníku MZČR.

Poznámka:

- 1) V případě nutnosti lze nahradit alkoholové dezinfekční prostředky jinými dezinfekčními prostředky, určenými k dezinfekci rukou (Persteril, Braunol apod.),
- 2) v případě doporučení výrobcem lze alkoholové i jiné formy dezinfekčních prostředků používat rovněž pro dezinfekci pokožky.

Příloha: Standardní postup pro mytí a dezinfekci rukou

K obrázkům „Technika mytí rukou“ se vztahují normy:

ČSN EN 1499

ČSN EN 1500

prEN 12 791.

MUDr. Michael Vít, Ph. D., v. r.
hlavní hygienik ČR a
náměstek ministryně

Technika mytí rukou

Každý pohyb opakujte pětkrát



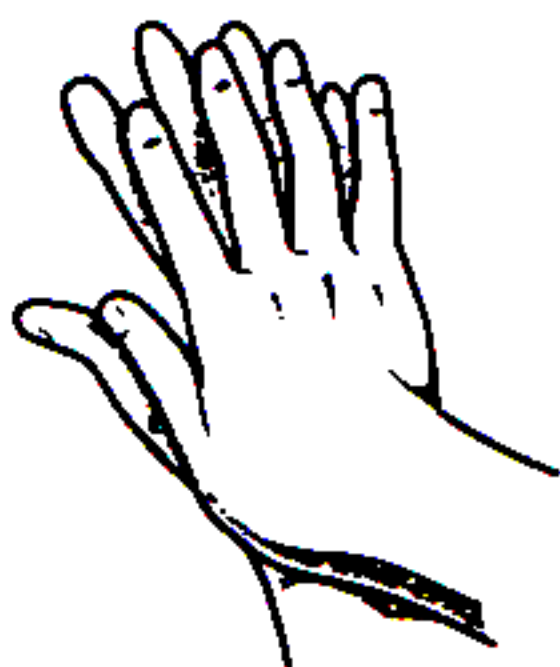
Dlaň myje dlaň



Pravá dlaň myje hřbet levé ruky



Levá dlaň myje hřbet pravé ruky



Vnitřní strany prstů se myjí takto



Hřbetní strana prstů
v dlani druhé ruky



Mytí palců otáčivým pohybem



Mytí dlani otáčivým pohybem