

Dlaczego należy myć ręce?

Nawet jeśli ręce na pierwszy rzut oka wydają się czyste, mogą na nich znajdować się szkodliwe bakterie. Staranne mycie rąk jest niezbędne dla zapobiegania rozprzestrzenianiu się infekcji.

Zasady prawidłowego mycia rąk

Mycie rąk

Odkazanie rąk



Zwilżyć dłonie ciepłą bieżącą wodą i nanieść mydło w pianie.



Nanieść żel lub piankę na suche dłonie. (Jeśli na dłoniach widać brud, należy je umyć.)

lub

Pocierać dłoń o dłoń i między palcami.



Pocierać część dłoniową prawej dłoni o część grzbietową lewej dłoni; zmiana rąk.



Pocierać koniuszki palców...



...wokół kciuków



i nadgarstków.



Splukać mydło pod ciepłą bieżącą wodą.



Osuszyć dłonie dokładnie papierowym ręcznikiem.



Odczekać, aż żel/pianka wyschnie.

Więcej informacji

Więcej informacji na temat kontroli zakażeń w szpitalu może udzielić siostra oddziałowa (ward sister) lub pielęgniarka przełożona (charge nurse). Można także poprosić o rozmowę z przedstawicielem zespołu ds. kontroli zakażeń (Infection Control Team).

Osoby pragnące otrzymać powyższe informacje w innym języku powinny zwrócić się do przedstawiciela personelu. Inne wersje językowe dostępne są także w Internecie pod adresem:

www.dhsspsni.gov.uk/phealth

Ministerstwo Zdrowia, Opieki Społecznej i Bezpieczeństwa Publicznego



Department of
**Health, Social Services
and Public Safety**

www.dhsspsni.gov.uk

AN ROINN

**Sláinte, Seirbhísí Sóisialta
agus Sábháilteachta Poiblí**

MÁNNYSTRE O

**Poustie, Resydènter Heisin
an Fowk Siccar**

Agencja Promocji Zdrowia



**Health
Promotion
Agency**

Health Promotion Agency for Northern Ireland
18 Ormeau Avenue
Belfast BT2 8HS
Tel.: 028 9031 1611 (głosowy/tekstowy)
Fax: 028 9031 1711
www.healthpromotionagency.org.uk

Polish translation of
**How can you help us prevent and control
infection in hospitals**
Information for patients and visitors

Zapobieganie i kontrola infekcji w szpitalach

Informacje dla pacjentów i odwiedzających

UWAGA



INFEKCJA

Czego dotyczy ta ulotka?

Dużo ostatnio mówi się o ryzyku zakażenia wewnątrzszpitalnego.

W tym szpitalu robimy wszystko, co w naszej mocy, aby zapobiec rozprzestrzenianiu się infekcji.

Liczymy na Twoją pomoc.

Zarówno pacjenci, jak i odwiedzający mogą pomóc nam w zapobieganiu i kontrolowaniu infekcji szpitalnych.

Prosimy o uważne zapoznanie się z treścią ulotki i przestrzeganie przedstawionych tu prostych zasad.



W jaki sposób mogą nam pomóc pacjenci?

- Należy starannie **myć** ręce wodą z mydłem w płynie pod bieżącą wodą lub przy użyciu środka odkażającego dostępnego na oddziale (zob. zasady prawidłowego mycia rąk na odwrocie).
- O ile jest to możliwe, przed zgłoszeniem się do szpitala należy **wykapać się** lub wziąć **prysznic**. W trakcie hospitalizacji pacjenci powinni możliwie jak najczęściej kąpać się lub korzystać z prysznica.
- Należy przynieść ze sobą **czystą zmianę** bielizny osobistej i nocnej oraz ręczników.
- Należy poinformować lekarza lub pielęgniarkę o przebytych **niedawno infekcjach**.
- Szafkę i stolik należy utrzymywać **w porządku**, ponieważ łatwiej jest je nam wtedy czyścić.
- **Budną bieliznę i odzież** prosimy odsyłać do domu do prania możliwie jak najwcześniej. Można korzystać ze specjalnych worków na pranie.
- W żadnym wypadku **nie należy korzystać** z ręczników ani osobistych przedmiotów innych pacjentów, takich jak odtwarzacze CD czy MP3.
- W przypadku pacjentów z **infekcją** mogącą rozprzestrzenić się na innych chorych, zastosowane mogą być specjalne środki ostrożności. Personel oddziału poinformuje pacjenta o tych środkach.

W jaki sposób mogą nam pomóc odwiedzający?

- Bliscy nie powinni odwiedzać pacjenta, jeśli oni sami lub inny członek rodziny **chorują** na przeziębienie, grypę, wymioty lub biegunkę.
- **Przed wejściem na oddział i na zakończenie odwiedzin należy starannie umyć ręce** mydłem w płynie pod bieżącą wodą lub przy użyciu środka odkażającego dostępnego na oddziale (zob. zasady prawidłowego mycia rąk na odwrocie).
- Liczbę odwiedzających należy **ograniczyć** do maksymalnie dwóch jednocześnie; nie należy także często przyprawdzać dzieci.
- Osoby, które chcą odwiedzić jednocześnie kilku chorych powinny **poprosić pielęgniarkę** o pozwolenie.
- Nie należy siadać ani kłaść się **na łóżku chorego**.
- **Nie należy dotykać** ran, opatrunków, kroplówek, drenów, cewników ani sprzętu medycznego.
- Odwiedzający powinni pomagać choremu w utrzymaniu **porządku** w szafce i na stoliku, ponieważ łatwiej jest je nam potem czyścić. Prosimy usuwać zwiędnięte kwiaty i nieświeże owoce.
- Prosimy możliwie jak najczęściej zabierać **brudne rzeczy** chorego do prania.
- Jeżeli istnieje **ryzyko infekcji**, odwiedzający mogą być poproszeni o zakładanie fartuchów, rękawiczek lub masek. Personel oddziału poinformuje odwiedzających, czy jest to konieczne.