

La prevenzione della salute inizia dalle mani



Carlo Poma

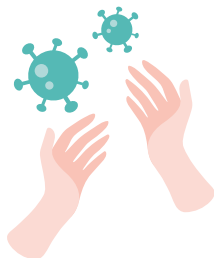
Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia

ASST Mantova

Igiene delle mani: perché, quando e come



Perché

Le mani sono la principale via di trasmissione dei microrganismi.

Le mani contaminate trasmettono i microbi da un malato all'altro e al suo ambiente circostante.

Anche i sanitari, se non rispettano le precauzioni standard e standard+aggiuntivi, rischiano di trasmettere inoculare i batteri o infettarsi a loro volta.

L'igiene delle mani è la misura più importante per evitare la trasmissione di microrganismi e per prevenire le infezioni correlate all'assistenza (ICA).

Le infezioni correlate all'assistenza creano un aumento:

- della mortalità e morbidità
- della spesa per il sistema sanitario nazionale e per i pazienti stessi
- della permanenza in ospedale
- della resistenza agli antibiotici
- del carico economico addizionale per gli ospedali e i sistemi sanitari
- creano disabilità di lungo termine

Gli interventi di controllo e prevenzione delle infezioni correlate all'assistenza possono permettere di ridurre queste infezioni del 30% - 50%, e contrastare il costante aumento dell'antimicrobico resistenza che provoca **10 milioni di decessi l'anno** a livello mondiale e oltre 35 000 morti l'anno nell'Unione europea (compreso lo Spazio Economico Europeo).
Circa un terzo dei decessi a livello europeo si verifica in Italia.

È necessario ridurre la diffusione dei microrganismi anche attraverso l'igiene delle mani.

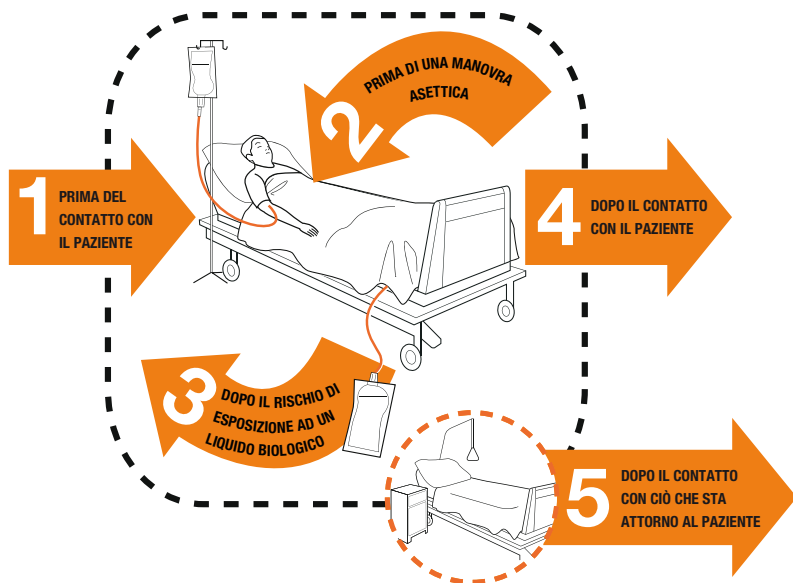
Fai anche tu la tua parte.



Quando

È indispensabile igienizzarsi le mani in cinque momenti specifici:

- 1. prima** del contatto con l'utente/ospite
- 2. prima** di effettuare una manovra asettica
- 3. dopo** l'esposizione a materiale biologico
- 4. dopo** il contatto con l'utente/ospite
- 5. dopo** il contatto con l'ambiente circostante l'utente/ospite



NOTA BENE

Le prime due indicazioni si applicano quando sussiste il rischio di trasmissione microbica all'utente/ospite e proteggono l'utente/ospite.

Le successive tre si applicano quando sussiste il rischio di trasmissione microbica all'operatore e/o all'ambiente e proteggono gli operatori e l'ambiente.



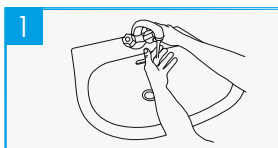
Come

Lavare le mani con acqua e sapone solo se visibilmente sporche, altrimenti scegliere la soluzione alcolica.

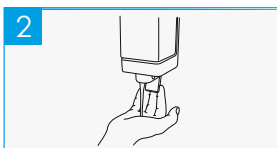
Come lavare la mani con acqua e sapone



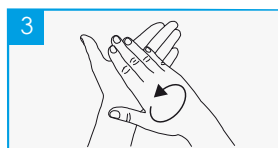
Durata dell'intera procedura: 40-60 secondi



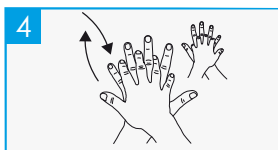
Bagna le mani con l'acqua



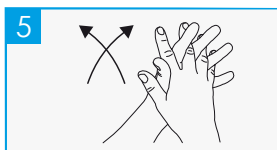
applica una quantità di sapone sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani



friziona le mani palmo contro palmo



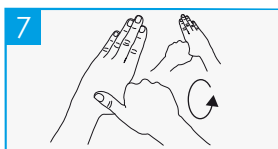
il palmo destro sopra il dorso sinistro intrecciando le dita tra loro e viceversa



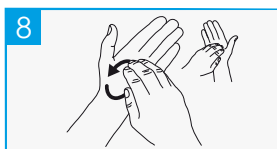
palmo contro palmo intrecciando le dita tra loro



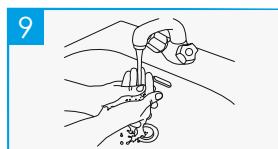
dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro



frizione rotazionale del pollice sinistro stretto nel palmo destro e viceversa



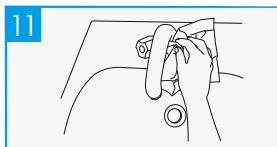
frizione rotazionale, in avanti ed indietro con le dita della mano destra strette tra loro nel palmo sinistro e viceversa



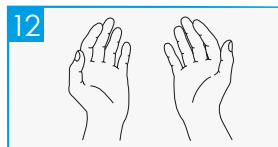
Risciacqua le mani con l'acqua



asciuga accuratamente con una salvietta monouso



usa la salvietta per chiudere il rubinetto



...una volta asciutte, le tue mani sono sicure.

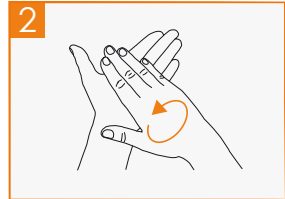
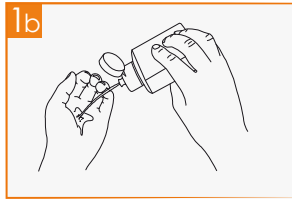
Come frizionare le mani con la soluzione alcolica



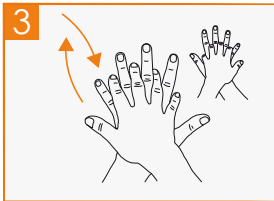
Durata dell'intera procedura: 20-30 secondi



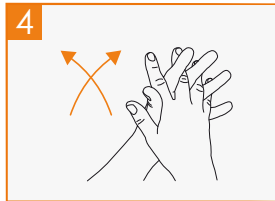
Versare nel palmo della mano una quantità di soluzione sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani.



frizionare le mani palmo contro palmo



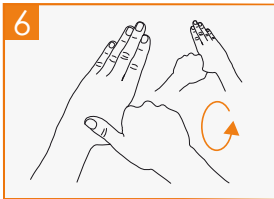
il palmo destro sopra il dorso sinistro intrecciando le dita tra loro e viceversa



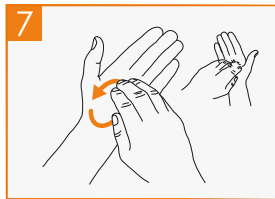
palmo contro palmo intrecciando le dita tra loro



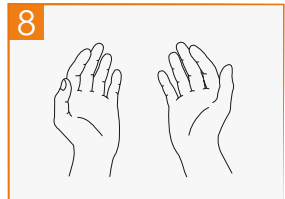
dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro



frizione rotazionale del pollice sinistro stretto nel palmo destro e viceversa



frizione rotazionale, in avanti ed indietro con le dita della mano destra strette tra loro nel palmo sinistro e viceversa



...una volta asciutte, le tue mani sono sicure.



Raccomandazioni

Mantenere le unghie corte per assicurare una facile pulizia: sotto le unghie si depositano sporco e microrganismi anche multi-resistenti. È consigliato tenere le punte inferiori a 5 mm.

Evitare l'utilizzo dello smalto (anche trasparente); quando si incrina favorisce la crescita dei microrganismi.

Evitare di portare anelli, bracciali, orologi da polso: ostacolano un accurato lavaggio e sono potenziali ricettacoli di microrganismi e sporco.

Utilizzare acqua a temperatura ambiente per lavarsi mani. L'acqua calda associata ai saponi per il lavaggio delle mani può creare irritazioni cutanee.

Dopo l'igiene delle mani, **asciugarsi bene le mani con salviette monouso.** La cute umida favorisce la proliferazione di microrganismi e danneggia l'epidermide.

Curare le mani usando regolarmente creme protettive per garantire un buon grado di idratazione della cute.

Documenti utili

Documento interni

Talete - PRCIO32

Siti internet

www.ecdc.europa.eu

www.who.int

www.cdc.gov

www.anipio.it

www.simpios.org

www.sanita.regione.lombardia.it

www.ministerosalute.it

www.iss.it

www.epicentro.iss.it