

POSTUPNIK ZA HIGIJENU RUKU			
Broj	Inačica	Stranica	Datum stupanja na snagu
1	1	1 od 5	5.5.2017
Izradio/la:	Sanja Kanisek, mag. med. techn.		
Pregledao/la:	Daria Sladić Rimac, mag. med. techn.		
Odobrili:	Dubravka Vuković, dr. med., spec. mikrobiolog		
	Povjerenstvo za kvalitetu Doma zdravlja Osijek		
1. SVRHA	Primjena pravilnih postupaka higijene ruku u cilju suzbijanja i sprječavanja infekcija povezanih sa zdravstvenom skrbi.		
2. PODRUČJE PRIMJENE	Sve ustrojstvene jedinice Doma zdravlja Osijek. Kirurška se priprema ruku odnosi na jedinice u kojima se obavljaju manji kirurški zahvati.		
3. ODGOVORNOST I OVLASTI	Svi su radnici odgovorni za pravilno provođenje ovih postupaka.		
	Magistar/magistra sestrinstva za sprječavanje i suzbijanje infekcija odgovoran/odgovorna je za edukaciju zdravstvenih radnika o primjeni uputa navedenih u ovom postupniku, nadzor nad njihovom primjenom kao i za određivanje korektivnih mjera, odnosno popravni radnji.		
4. VEZA S DRUGIM INTERNIM DOKUMENTIMA	Program rada Doma zdravlja Osijek za sprječavanje i suzbijanje infekcija povezanih sa zdravstvenom skrbi.		
5. VEZA S DRUGIM INTERNIM PROCEDURAMA	Postupnik za primjenu osobnih zaštitnih sredstava - rukavice.		
6. DOKUMENTI VANJSKOG IZVORA	Damani N. Priručnik o prevenciji i kontroli infekcija. 3. izd. Zagreb: Medicinska naklada; 2015.		
	Kalenić S. Smjernice za higijenu ruku u zdravstvenim ustanovama. Liječnički Vjesnik 2011;133:1-16.		
	Pravilnik o uvjetima i načinu obavljanja mjera za sprječavanje i suzbijanje bolničkih infekcija (NN 85/12, 129/13).		
	WHO Guidelines on hand hygiene in health care. WHO 2009. Dostupno na: http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44102/1/9789241597906_eng.pdf		
7. PRILOZI	Slika 1. Podsjetnik za higijensko pranje ruku Slika 2. Podsjetnik za higijensko utrljavanje u ruke		

POSTUPNIK ZA HIGIJENU RUKU			
Broj	Inačica	Stranica	Datum stupanja na snagu
1	1	2 od 5	5.5.2017
<p>Higijena ruku jedna je od najvažnijih mjera zaštite pacijenata i zdravstvenih radnika od moguće kontaminacije mikroorganizmima te je obvezni postupak svih sudionika u radnim procesima u zdravstvenoj ustanovi.</p> <p>Uporaba rukavica ne nadomješta potrebu za higijenom ruku!</p>			
8. OPIS I IZVOĐENJE POSTUPKA			
Oprema, pribor i sredstva	Funkcionalni praonik s tekućom toplom vodom sa svim potrebnim priborom (sredstvo za higijenu ruku, papirnati ručnici).		
	Sredstva za higijenu ruku (tekući sapun/losion, bezalkoholno sredstvo za pranje ruku tekućom vodom).		
	Alkoholni pripravak za utrljavanje u ruke lako dostupan na mjestu skrbi i/ ili džepno pakiranje.		
	Jednokratni štapić za čišćenje noktiju prilikom kirurške pripreme ruku.		
	Kartonska kutija za papir i karton u koju se odlažu i papirnati ručnici nakon higijenskog pranja ruku, odnosno sušenja ruku.		
	Pristup praoniku za ruke treba biti nesmetan.		
	Na praoniku nema nepotrebnih predmeta.		
Ručni sat i nakit	Prije izravnog kontakta s pacijentima treba skinuti satove i ručni nakit (prstenje, narukvice).		
Nokti	Prirodni nokti moraju biti kratki (vršci noktiju ne smiju se vidjeti kad se prsti gledaju s palmarne strane, jagodica postavljenih u visini očiju) i nelakirani.		
Koža ruku	Porezotine i ogrebotine moraju se prekriti flasterima otpornim na vodu koje treba mijenjati prema potrebi.		
Podsjetnici (slike 1, 2)	U svakom kliničkom prostoru pored praonika za ruke trebaju biti postavljeni podsjetnici u visini očiju koji promiču pravilan način provedbe higijene ruku zdravstvenih radnika.		


POSTUPNIK ZA HIGIJENU RUKU			
Broj	Inačica	Stranica	Datum stupanja na snagu
1	1	3 od 5	5.5.2017
Higijensko pranje ruku	Postupak opisan u podsjetniku za higijensko pranje ruku - Slika 1.		
Higijensko utrljavanje u ruke	Postupak opisan u podsjetniku za higijensko utrljavanje u ruke - Slika 2.		
Kirurško pranje ruku uz uporabu antiseptičkog sredstva	Prilagoditi temperaturu vode i temeljito namočiti ruke i podlaktice da se ukloni nečistoća i prolazna flora.		
	Voda ne smije biti vruća, nego umjereno topla.		
	Očistiti nečistoću ispod svakog nokta i oko ploče nokta s jednokratnim štapićem za čišćenje noktiju prije nego se provede prvo kirurško pranje u danu.		
	Držati ruke iznad razine lakata, primijeniti antiseptični deterdžent na ruke i podlaktice.		
	Kružnim pokretima, počevši s vrhovima prstiju jedne ruke sapunicom oprati između prstiju sa svake strane svakog prsta, između prstiju i dlan i nadlanicu.		
	Ruke treba trljati preporučenim pokretima tijekom 2 minute.		
	Nastaviti s pranjem ruku držeći šaku iznad podlaktice cijelo vrijeme. Na taj se način izbjegava rekontaminacija ruku vodom koja bi se slijevala s laktova.		
	Oprati svaku stranu podlaktice od zapešća do lakta tijekom 1 minute.		
	Ponoviti postupak s drugom rukom i podlakticom, držeći ruke iznad razine lakta cijelo vrijeme.		
	Ako se rukom bilo što dotakne, pranje se produljuje za 1 minutu na području koje je kontaminirano.		
	Isprati ruke i podlaktice povlačeći ih ispod mlaza vode samo u jednom smjeru, od vrhova prstiju do lakata.		
	Ne micati podlakticu naprijed-natrag kroz vodu. Nastaviti do operacijske dvorane držeći ruke povišene iznad laktova. Cijelo vrijeme treba paziti da se voda ne slijeva prema odjeći.		
	Ruke i podlaktice suše se uz uporabu sterilnih kompresa počevši od vrhova prstiju i držeći ruke iznad razine laktova.		
	Uporabiti odvojenu kompresu za svaku ruku.		
Držati ruke iznad razine struka i ne doticati nesterilne predmete.			
Obučiti sterilan ogrtač na pravilan način i navući sterilne rukavice.			

POSTUPNIK ZA HIGIJENU RUKU			
Broj	Inačica	Stranica	Datum stupanja na snagu
1	1	4 od 5	5.5.2017

Higijensko pranje ruku

OPERITE RUKU KADA SU VIDLJIVO PRLJAVE!

U SVIM DRUGIM SITUACIJAMA PRIMIJENITE HIGIJENSKO UTRLJAVANJE U RUKU

 Trajanje postupka : 40 - 60 sekundi



0 Namočite ruke pod tekućom vodom;



1 Dozirajte tekući sapun za pranje ruku;



2 Trljajte dlanom o dlan;



3 Dlanom desne o nadlanicu lijeve ruke i obrnuto;



4 Dlanom o dlan s isprepletenim prstima;



5 Obuhvatite prste suprotne ruke i trljajte;



6 Kružnim pokretima trljajte palce obje ruke;



7 Vrhovima prstiju desne ruke o dlan lijeve i obrnuto;



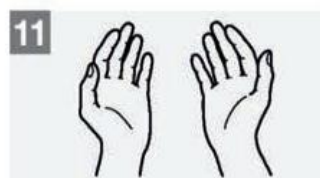
8 Temeljito isperite ruke tekućom vodom;



9 Osušite jednokratnim papirnatim ručnikom;



10 Upotrebjenim ručnikom zatvorite slavinu;



11 Suhe i čiste ruke.

POSTUPNIK ZA HIGIJENU RUKU			
Broj	Inačica	Stranica	Datum stupanja na snagu
1	1	5 od 5	5.5.2017

Higijensko utrljavanje u ruke

PRIMJENJUJTE HIGIJENSKO UTRLJAVANJE U RUKU!

OPERITE RUKU KADA SU VIDLJIVO PRLJAVE

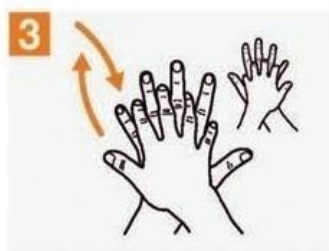
 Trajanje postupka : 20 - 30 sekundi



Dozirajte alkoholni antiseptik u skupljeni dlan;



Trljajte dlanom o dlan;



Dlanom desne o nadlanicu lijeve ruke i obrnuto;



Dlanom o dlan s isprepletenim prstima;



Obuhvatite prste suprotne ruke i trljajte;



Kružnim pokretima trljajte palce obje ruke;



Vrhovima prstiju desne ruke o dlan lijeve i obrnuto;



Posušite ruke na zraku: čiste ruke.