

IGIENE DELLE MANI: QUANDO, COME E PERCHÈ?

Perché?

- In tutto il mondo migliaia di persone muoiono ogni giorno per infezioni acquisite durante l'assistenza sanitaria.
- Le mani sono la principale via di trasmissione di germi durante le procedure assistenziali.
- L'igiene delle mani è la misura più importante per evitare la trasmissione di germi patogeni e per prevenire le infezioni correlate a pratiche assistenziali.
- Questa brochure spiega come e quando effettuare l'igiene delle mani.

Chi?

L'igiene delle mani riguarda qualsiasi operatore sanitario, caregiver o persona coinvolta nella cura del paziente.

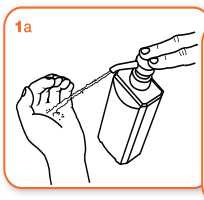
Come?

- Effettua l'igiene delle mani mediante la **frizione con una soluzione a base alcolica**, se disponibile. Questo metodo è più veloce, più efficace e meglio tollerato dalle mani.
- **Lava le tue mani con acqua e sapone** soltanto quando sono visibilmente sporche e se non è disponibile un prodotto a base alcolica.

Come frizionare le mani ?

USA LA SOLUZIONE ALCOLICA PER L'IGIENE DELLE MANI!
LAVALE CON ACQUA E SAPONE SOLTANTO SE VISIBILMENTE SPORCHE!

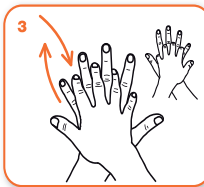
 Durata dell'intera procedura: **20-30 secondi**



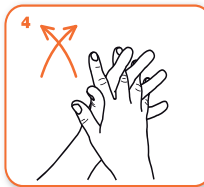
Versare nel palmo della mano una quantità di soluzione sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani.



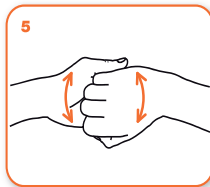
frizionare le mani palmo contro palmo



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



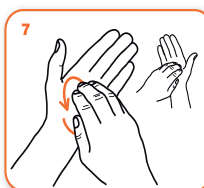
palmo contro palmo intrecciando le dita tra loro



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

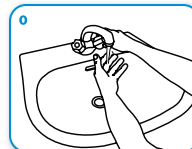


...una volta asciutte, le tue mani sono sicure.

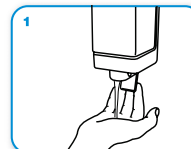
Come lavarsi le mani?

LAVA LE MANI CON ACQUA E SAPONE, SOLTANTO SE VISIBILMENTE SPORCHE! ALTRIMENTI, SCEGLI LA SOLUZIONE ALCOLICA!

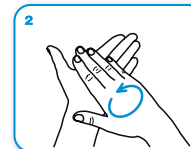
 Durata dell'intera procedura: **40-60 secondi**



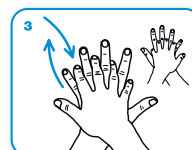
Bagna le mani con l'acqua



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



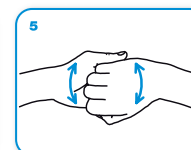
friziona le mani palmo contro palmo



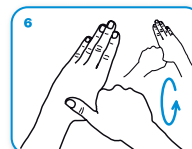
il palmo destro sopra il dorso sinistro intrecciando le dita tra loro e viceversa



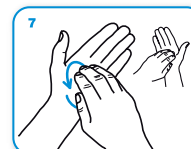
palmo contro palmo intrecciando le dita tra loro



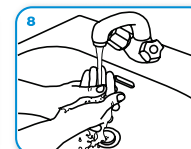
dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro



frizione rotazionale del pollice sinistro stretto nel palmo destro e viceversa



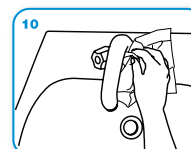
frizione rotazionale, in avanti ed indietro con le dita della mano destra strette tra loro nel palmo sinistro e viceversa



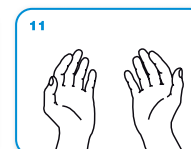
Risciacqua le mani con l'acqua



asciuga accuratamente con una salvietta monouso



usa la salvietta per chiudere il rubinetto



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

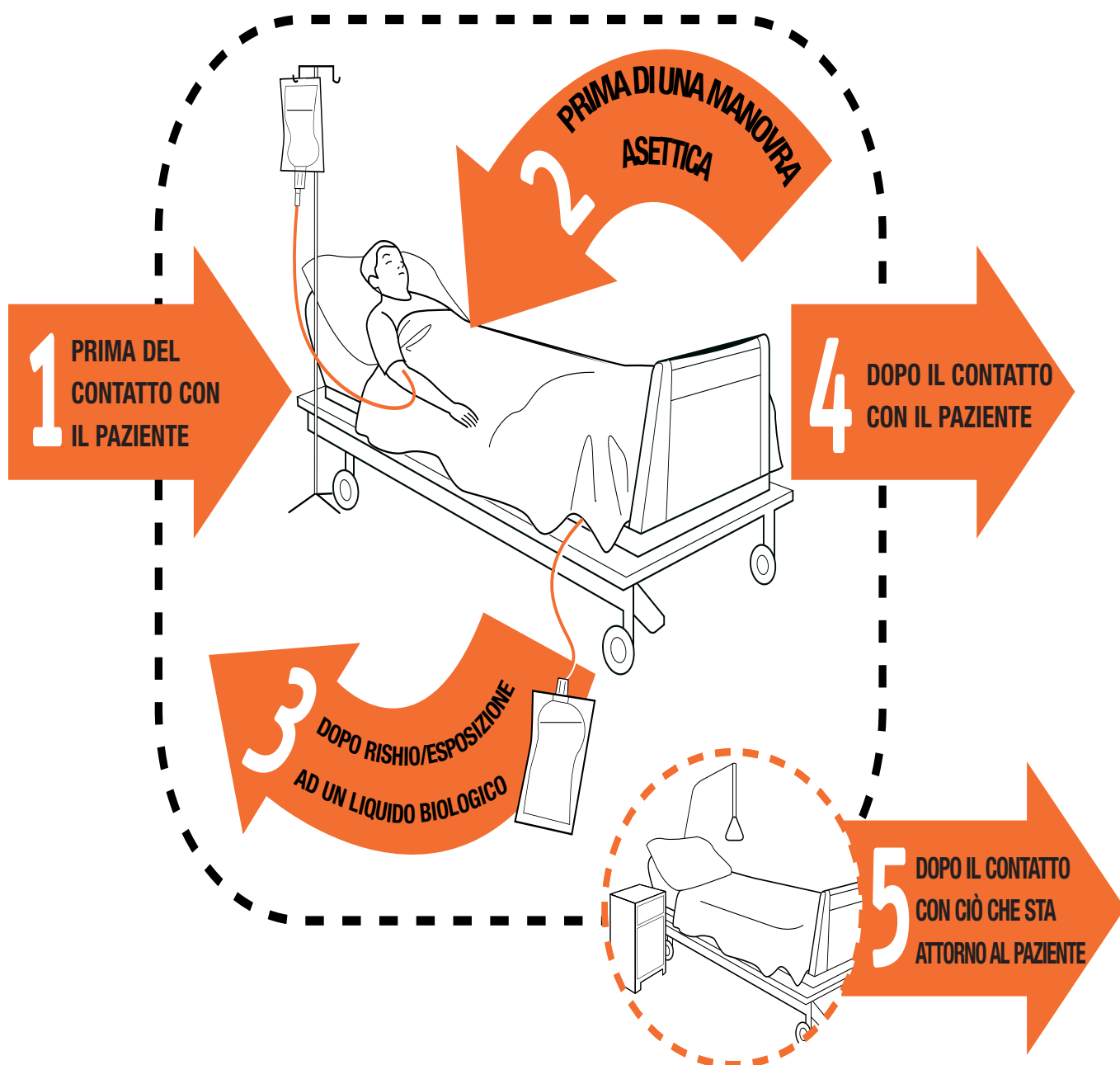
Ricorda

- Non usare unghie artificiali nelle attività a diretto contatto con il paziente.
- Mantieni le unghie corte.

Cura delle mani

- Prenditi cura delle tue mani usando regolarmente una crema o una lozione protettiva, almeno una volta al giorno.
- Non lavare di routine le mani con acqua e sapone immediatamente prima o dopo l'utilizzo di un prodotto a base alcolica.
- Non usare acqua calda per risciacquare le mani.
- Dopo aver frizionato le mani con un prodotto a base alcolica o dopo il lavaggio con acqua e sapone, lascia asciugare completamente le mani prima di indossare i guanti.

QUANDO? I 5 momenti per l'igiene delle tue mani*



*L'igiene delle mani dev'essere praticata in tutte le occasioni indicate di seguito, indipendentemente dal fatto che vengano usati o meno i guanti.

| | |
|---|---|
| 1 PRIMA DEL CONTATTO CON IL PAZIENTE | <p>QUANDO? Effettua l'igiene delle mani prima di toccare un paziente, mentre ti avvicini.*</p> <p>PERCHÈ? Per proteggere i pazienti nei confronti di germi potenzialmente patogeni presenti sulle tue mani.</p> |
|---|---|

ESEMPI:

- Gestii di cortesia e conforto: stringere la mano, afferrare per il braccio
- Contatto fisico diretto: aiutare un paziente a camminare, a lavarsi, eseguire un massaggio
- Visita clinica: valutare il polso, misurare la pressione, auscultare il torace, palpare l'addome

| | |
|--|---|
| 2 PRIMA DI UNA MANOVRA ASETTICA | <p>QUANDO? Effettua l'igiene delle mani immediatamente prima di qualsiasi manovra asettica.*</p> <p>PERCHÈ? Per proteggere i pazienti nei confronti di germi potenzialmente patogeni, inclusi quelli appartenenti al paziente stesso.</p> |
|--|---|

ESEMPI:

- Contatto con membrane mucose: igiene orale/dentale, somministrazione di collirio, aspirazione di secrezioni
- Contatto con cute non integra: igiene delle lesioni cutanee, medicazione delle ferite, iniezione sottocutanea
- Contatto con presidi medici: inserimento di catetere, apertura di un accesso vascolare o di un sistema di drenaggio
- Preparazione di cibo, medicazioni, set di bendaggio

| | |
|---|--|
| 3 DOPO UN'ESPOSIZIONE A RISCHIO AD UN LIQUIDO CORPOREO | <p>QUANDO? Effettua l'igiene delle mani immediatamente dopo esposizione ad un liquido corporeo (e dopo aver rimosso i guanti).*</p> <p>PERCHÈ? Per proteggere te stesso e l'ambiente sanitario nei confronti di germi potenzialmente patogeni.</p> |
|---|--|

ESEMPI:

- Contatto con membrane mucose e con cute non integra, come specificato nell'indicazione "prima di una manovra asettica"
- Contatto con presidi medici o con campioni clinici: prelievo e manipolazione di qualsiasi campione fluido, apertura di un sistema di drenaggio, inserzione e rimozione di un tubo endotracheale
- Eliminazione di urine, feci e vomito
- Manipolazione di rifiuti (bendaggi, pannolini, padelle), pulizia di materiali o aree contaminate o visibilmente sporche (sanitari, strumentazione medica)

| | |
|---|---|
| 4 DOPO IL CONTATTO CON IL PAZIENTE | <p>QUANDO? Effettua l'igiene delle mani dopo aver toccato un paziente o le superfici nelle immediate vicinanze del paziente uscendo dalla stanza.*</p> <p>PERCHÈ? Per proteggere te stesso e l'ambiente sanitario nei confronti di germi potenzialmente patogeni.</p> |
|---|---|

ESEMPI:

- Gestii di cortesia e conforto: stringere la mano, afferrare per il braccio
- Contatto fisico diretto: aiutare un paziente a camminare, a lavarsi, eseguire un massaggio
- Visita clinica: valutare il polso, misurare la pressione, auscultare il torace, palpare l'addome

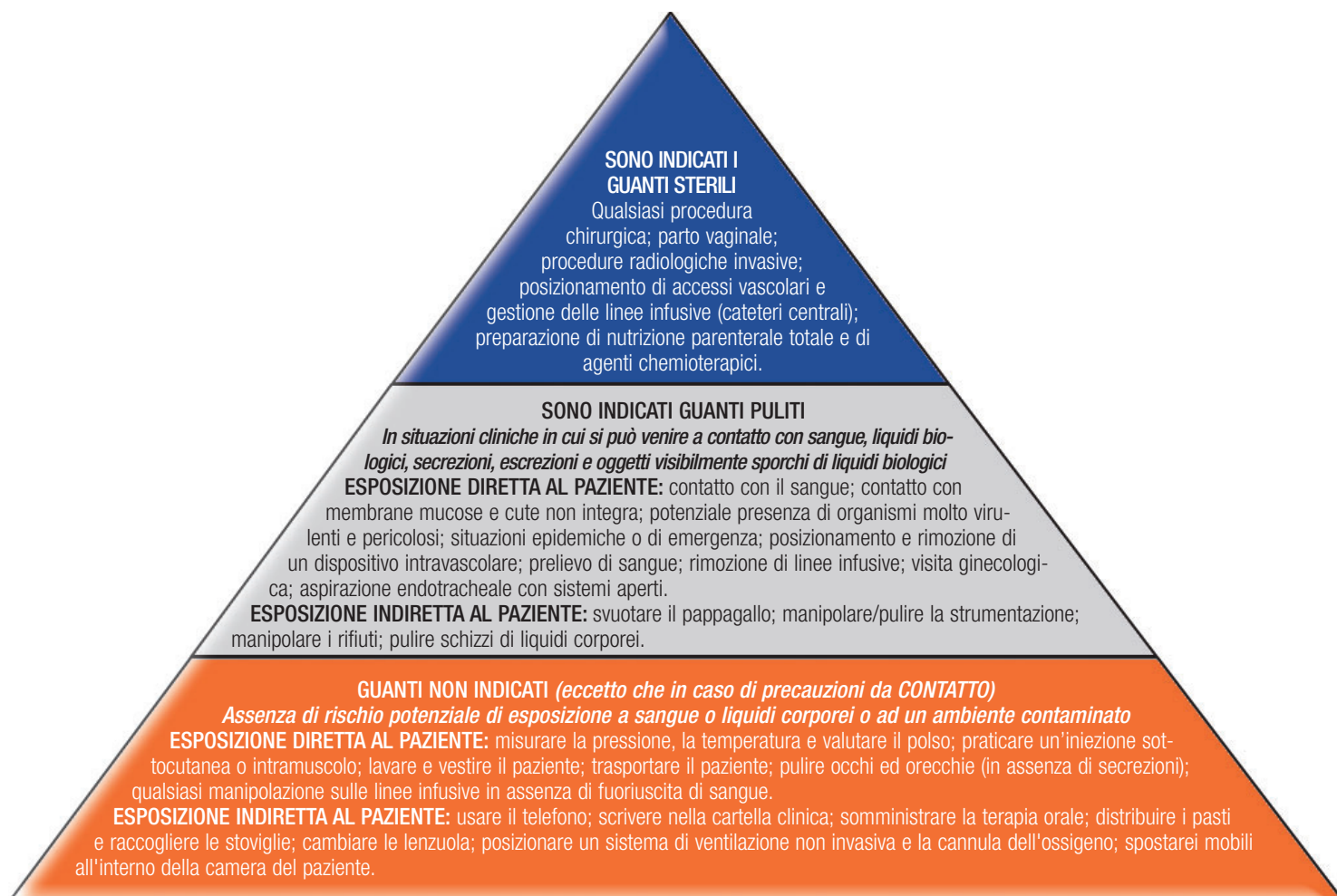
| | |
|---|---|
| 5 DOPO IL CONTATTO CON CIÒ CHE STA ATTORNO AL PAZIENTE | <p>QUANDO? Effettua l'igiene delle mani uscendo dalla stanza dopo aver toccato qualsiasi oggetto o mobile nelle immediate vicinanze di un paziente - anche in assenza di un contatto diretto con il paziente.*</p> <p>PERCHÈ? Per proteggere te stesso e l'ambiente sanitario nei confronti di germi potenzialmente patogeni.</p> |
|---|---|

ESEMPI:

- Cambiare le lenzuola, modificare la velocità di infusione, regolare l'allarme di un monitor, regolare una sponda del letto, pulire il comodino

IGIENE DELLE MANI E USO DEI GUANTI

- L'uso dei guanti non è sostitutivo rispetto all'igiene delle mani
- Se quando indossi i guanti, si presenta l'indicazione ad effettuare l'igiene delle mani, togliti i guanti ed effettua l'igiene delle mani
- Elimina i guanti dopo ciascuna manovra ed effettua l'igiene delle mani - i guanti potrebbero trasportare germi
- Indossa i guanti solo quando indicato (vedi gli esempi nella piramide in basso) - altrimenti diventano uno dei maggiori fattori di rischio per la trasmissione



I guanti devono essere indossati in accordo con le precauzioni STANDARD e DA CONTATTO. La piramide specifica alcuni esempi di situazioni cliniche in cui i guanti non sono indicati, ed altre in cui sono indicati i guanti monouso o i guanti sterili. L'igiene delle mani dovrebbe essere praticata quando appropriata, indipendentemente dalle indicazioni precedenti all'uso dei guanti.

Dizionario

Prodotto a base alcolica: una preparazione contenente alcol (liquido, gel o schiuma) ideata per essere applicata sulle mani allo scopo di eliminare i germi.

Manovra asettica: manovra durante la quale non deve avvenire alcuna trasmissione di germi.

Liquidi corporei: sangue; escrezioni come urine, feci, vomito; secrezioni come saliva, lacrime, sperma, latte, muco; essudati e trasudati come il liquido linfatico, liquido cefalorachidiano, ascite (eccetto il sudore).

Cura delle mani: misure per prevenire l'irritazione della cute.

Igiene delle mani: qualsiasi azione di pulizia delle mani (generalmente eseguita mediante frizione con un prodotto a base alcolica o mediante lavaggio con acqua e sapone).

Frizione delle mani: trattamento delle mani con un prodotto antiseptico (preparazione contenente alcol).

Lavaggio delle mani: lavare le mani con un sapone detergente o un antiseptico e acqua.

Indicazione: momento assistenziale in cui deve essere effettuata l'igiene delle mani per prevenire la trasmissione di germi potenzialmente patogeni e/o l'infezione.

Sono state utilizzate tutte le precauzioni dall'OMS per verificare il contenuto di questo documento.

Comunque, il materiale pubblicato viene distribuito senza alcuna garanzia esplicita o implicita. Il lettore si assume la responsabilità per l'interpretazione e l'uso di questo materiale. In nessuna circostanza l'OMS dovrà essere ritenuta responsabile per i danni causati da un uso improprio.