



ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΜΕΤΡΩΝ ΑΝΑΠΝΕΥΣΤΙΚΗΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΣΕ ΧΩΡΟΥΣ ΠΑΡΟΧΗΣ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΥΓΕΙΑΣ

Μάιος 2009

Για την αποτροπή της μετάδοσης **όλων** των λοιμώξεων του αναπνευστικού σε χώρους παροχής υπηρεσιών υγείας, συμπεριλαμβανομένης της γρίπης, τα ακόλουθα μέτρα ελέγχου πρέπει να εφαρμοστούν στο πρώτο σημείο της επαφής με έναν ενδεχομένως μολυσματικό ασθενή. Οι οδηγίες αυτές πρέπει να ενσωματωθούν στις πρακτικές ελέγχου λοιμώξεων ως ένα τμήμα των βασικών προφυλάξεων.

Οπτικά μηνύματα

Αναρτήστε αφίσες με μηνύματα στις εισόδους των χώρων παροχής υπηρεσιών υγείας (π.χ. ΤΕΠ, Εξωτερικά Ιατρεία) που ενημερώνουν τους ασθενείς και τα πρόσωπα που τους συνοδεύουν για την εφαρμογή μέτρων αναπνευστικής υγιεινής και την αναγκαιότητα άμεσης ενημέρωσης του ιατρονοσηλευτικού προσωπικού για συμπτώματα αναπνευστικής λοίμωξης.

- **Ενημέρωση των ασθενών να αναφέρουν τα συμπτώματα γρίπης**
Υπογραμμίστε την ανάγκη να καλύπτουν το στόμα και τη μύτη τους κατά το βήχα και το φτάρνισμα και να καθαρίζουν τα χέρια τους.
- **Οδηγίες για την κάλυψη της μύτης και του στόματος κατά το βήχα**
Συμβουλές για να αποτραπεί η μετάδοση μικροοργανισμών με το βήχα και το φτάρνισμα
- **Οδηγίες για την αποφυγή επαφής των χεριών με τα μάτια, τη μύτη και το στόμα**
- **Πληροφορίες για τον ατομικό προστατευτικό εξοπλισμό**
Επίδειξη του τρόπου χρήσης και αφαίρεσης του ατομικού προστατευτικού εξοπλισμού

Κανόνες αναπνευστικής υγιεινής

Τα ακόλουθα μέτρα συστήνονται για όλα τα άτομα με σημεία και συμπτώματα αναπνευστικής λοίμωξης:

- Καλύψτε τη μύτη και το στόμα κατά το βήχα ή το φτάρνισμα
- Χρησιμοποιήστε χαρτομάντιλα για τις εκκρίσεις και απορρίψτε τα στο κοντινότερο κάδο απορριμμάτων μετά από τη χρήση τους
- Εφαρμόστε υγιεινή των χεριών (πλύσιμο των χεριών με σαπούνι και νερό ή αλκοολούχο αντισηπτικό) μετά από επαφή με εκκρίσεις ή μολυσμένα αντικείμενα
- Αποφύγετε την επαφή των χεριών με τα μάτια, τη μύτη και το στόμα

Στους χώρους παροχής υπηρεσιών υγείας πρέπει να εξασφαλιστεί η διαθεσιμότητα των υλικών, που απαιτούνται για την αναπνευστική υγιεινή και την υγιεινή των χεριών, στους χώρους αναμονής ασθενών και συνοδών.

- Εξασφαλίστε χαρτομάντιλα και ποδοκίνητους κάδους απορριμμάτων.
- Παροχή δοχείων αλκοολούχου αντισηπτικού σε πολλά και προσβάσιμα για τους ασθενείς σημεία. Όπου είναι διαθέσιμοι νεροχύτες εξασφαλίστε σαπούνι και χειροπετσέτες μίας χρήσης.

Διαλογή και αρχική αντιμετώπιση ασθενών με συμπτώματα από το αναπνευστικό

Κατά τη διάρκεια των περιόδων αυξημένης δραστηριότητας αναπνευστικών λοιμώξεων στην κοινότητα (π.χ. όταν υπάρχει αυξημένη προσέλευση ασθενών με λοίμωξη αναπνευστικού), πρέπει να χορηγούνται απλές χειρουργικές μάσκες σε ασθενείς που βήχουν. Όταν είναι εφικτό συστήνεται στους ασθενείς που βήχουν να βρίσκονται σε απόσταση τουλάχιστον ενός μέτρου από τους υπόλοιπους ασθενείς.

Βασικές προφυλάξεις και προφυλάξεις σταγονιδίων

Συμβουλευψτε το ιατρονοσηλευτικό προσωπικό να εφαρμόζει τις βασικές προφυλάξεις και τις προφυλάξεις σταγονιδίων.

ΒΑΣΙΚΕΣ ΠΡΟΦΥΛΑΞΕΙΣ

ΥΓΙΕΙΝΗ ΧΕΡΙΩΝ



- Πριν και μετά την επαφή (φροντίδα) με τον ασθενή
- Πριν και μετά τη χρήση γαντιών
- Αντισηπία χεριών με αλκοολούχο διάλυμα, όταν τα χέρια δεν είναι εμφανώς λερωμένα

ΧΡΗΣΗ ΓΑΝΤΙΩΝ



- Πριν αγγίξετε βιολογικά υγρά του σώματος (πιθανή έκθεση σε αίμα, υγρά παροχευέσεων, εκκρίσεις κ.λ.π.) και μολυσμένα αντικείμενα
- Πριν αγγίξετε βλεννογόνους και περιοχές με λύση συνεχειας του δέρματος

ΧΡΗΣΗ ΜΑΣΚΑΣ - ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΤΙΚΩΝ ΓΥΑΛΙΩΝ



- Ⓢ Για την προστασία ματιών, μύτης και στόματος όταν υπάρχει κίνδυνος εκπίναξης βιολογικών υγρών ή διαλυμάτων

ΧΡΗΣΗ ΜΠΛΟΥΖΑΣ



- Ⓢ Για την προστασία του δέρματος και των ενδυμάτων κατά τη διάρκεια νοσηλείας ή παρεμβατικής πράξης, όπου υπάρχει κίνδυνος εκπίναξης βιολογικών υγρών ή διαλυμάτων

ΠΡΟΦΥΛΑΞΕΙΣ ΣΤΑΓΟΝΙΔΙΩΝ

ΧΩΡΟΣ ΑΣΘΕΝΗ



- Ιδιαίτερο δωμάτιο, αν είναι εφικτό
- Αν συνυπάρχει με άλλους ασθενείς, απόσταση τουλάχιστον 1m μεταξύ των ασθενών

ΧΡΗΣΗ ΜΑΣΚΑΣ



- Φοράτε μάσκα, αν πλησιάσετε τον ασθενή σε απόσταση μικρότερη του 1 m

ΜΕΤΑΦΟΡΑ ΑΣΘΕΝΗ



- Περιορίζετε τις μετακινήσεις του ασθενή στις απολύτως απαραίτητες
- Κατά τη μεταφορά, φοράτε μάσκα στον ασθενή
- Ενημερώνετε το Προσωπικό του Τμήματος Υποδοχής του Ασθενούς