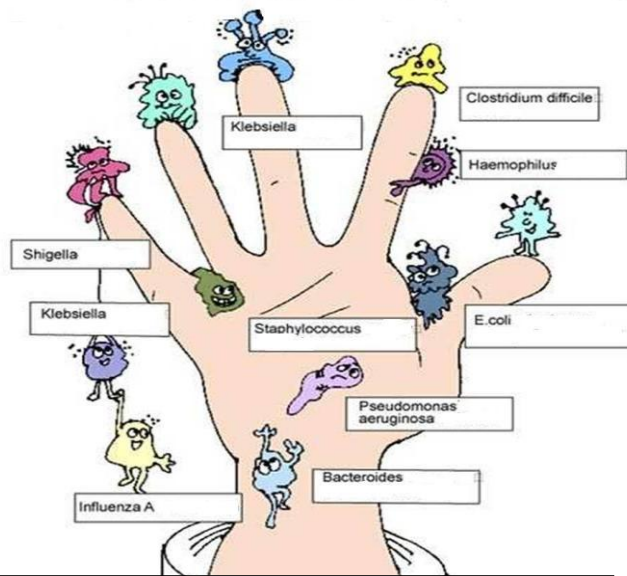


Kedves Betegünk!



TUDJA-E, hogy milyen sok kórokozó van a kezén?

TUDJA-E, hogyan védekezhet ellenük, illetve hogyan tisztíthatja meg a kezét ezektől a kórokozóktól?



Kezünk 1 négyzetcentiméterén akár 10 millió baktérium is nyüzsöghet, legtöbbjük azonban ártalmatlan.

A kórokozók jelentős része kizárólag érintés révén terjed. A kezünk megtisztítása tehát még ma is a legegyszerűbb eszköz a betegségek megelőzésére és a fertőzések továbbterjedésének megakadályozására.

A baktériumok által okozott fertőzéseket antibiotikumokkal lehet gyógyítani. A kórházakban sokféle beteg van. A betegek között pedig van, aki olyan baktériumokat hordoz, melyek ellen az antibiotikumok is hatástalanok. Ezek a multirezisztens kórokozók. Tegyen meg Ön is mindent azért, hogy ilyen kórokozó ne kerülhessen a szervezetébe.

Megoldás = a kézre került baktériumok elpusztítása!

Ha egészségügyi intézménybe kerül, kérdezze meg az ápolóját, mutassa meg, Ön melyik kézhigiénés szer használhatja szükség esetén!

Kórházban 3 féle kézhigiénés szer állhat rendelkezésre:

1. folyékony szappan,
2. fertőtlenítő hatású folyékony szappan vagy
3. kézfertőtlenítő

Tudja meg ápolójától, mire jó az Ön által is használható kézhigiénés szer!

A folyékony szappannal kezet kell mosni jó alaposan, ez azonban nem pusztítja el a kézen lévő összes kórokozót, ahhoz a kézmosás után fertőtleníteni is kell a kezet (kb. 3 ml kézfertőtlenítő szert engedve a tenyérbe, rá kell azt dörzsölni a kézhátra, tenyérre és az ujjak közé).

Elvégezhető a kézfertőtlenítés úgy is, ha fertőtlenítő hatású folyékony szappannal mosnak kezet!

Néhány cselekvés, amikor mindenképpen meg kell tisztítani a kezét akár otthonában van, akár egy egészségügyi intézményben:

- ✓ **Kontaktlencse-, műfogsor behelyezése/eltávolítása előtt és után.**

- ✓ **Étkezés előtt.**
- ✓ **A WC használata-, orrfújás, tüsszentés után.**
- ✓ **Ha van bármilyen katétere (húgyúti-, vagy érkatéter – nyakába, combjába ültetve vagy a karjába szúrva), vagy sérülése, sebe, azokat lehetőleg ne érintse (de ha az elengedhetetlenül szükséges, akkor azok érintése előtt és után is fertőtlenítse a kezét)!**
- ✓ **Ha segít a kórtermi szomszédjának (pl. adni akar neki egy pohár vizet), vagy látogatni készül egy másik betegszobába.**
- ✓ **A hulladék, vagy a hulladékgyűjtő edény érintése után is javasolt kezet mosni és fertőtleníteni!**



Ön is sokat tehet egészsége megőrzéséért!