

COME?

con acqua
e sapone

occorrono
60 secondi

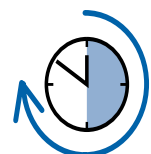


- 1 Bagna bene le mani con l'acqua
- 2 Applica una quantità di sapone sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani
- 3 Friziona bene le mani palmo contro palmo
- 4 Friziona il palmo sinistro sopra il dorso destro intrecciando le dita tra loro e viceversa
- 5 Friziona il dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro
- 6 Friziona le mani palmo contro palmo avanti e indietro intrecciando le dita della mano destra incrociate con quelle della sinistra
- 7 Friziona il pollice destro mantenendolo stretto nel palmo della mano sinistra e viceversa
- 8 Friziona ruotando avanti e indietro le dita della mano destra strette tra loro nel palmo della mano sinistra e viceversa
- 9 Friziona il polso ruotando avanti e indietro le dita della mano destra strette tra loro sul polso sinistro e ripeti per il polso destro
- 10 Sciacqua accuratamente le mani con l'acqua
- 11 Asciuga accuratamente le mani con una salvietta monouso
- 12 Usa la salvietta monouso per chiudere il rubinetto

- 1 Versa nel palmo della mano una quantità di soluzione sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani
- 2 Friziona le mani palmo contro palmo
- 3 Friziona il palmo sinistro sopra il dorso destro intrecciando le dita tra loro e viceversa
- 4 Friziona bene palmo contro palmo con le dita intrecciate
- 5 Friziona il dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro
- 6 Friziona il pollice destro mantenendolo stretto nel palmo della mano sinistra e viceversa
- 7 Friziona ruotando avanti e indietro le dita della mano destra strette tra loro nel palmo della mano sinistra e viceversa
- 8 Friziona il polso ruotando avanti e indietro le dita della mano destra strette tra loro sul polso sinistro e ripeti per il polso destro
- 9 Una volta asciutte le tue mani sono pulite

con la soluzione
alcolica

occorrono
30 secondi



Solo il testo di questa pubblicazione (immagini escluse)
è distribuito con Licenza Creative Commons Attribuzione
Non commerciale - Non opere derivate 4.0 Internazionale.
<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

Responsabile scientifico

collana CROinforma

Silvia Franceschi,

Direttore Scientifico

Autori del testo

Denise Fagotto, Infermiera

Rischio Infettivo

Tutti afferenti al CRO di Aviano

Revisione del testo

Chiara Cipolat Mis, bibliotecaria

Emanuela Ferrarin,

farmacista documentalista

La font bianconero® è disegnata da Umberto Mischi per
biancoenero edizioni, rispettando accorgimenti visivi che
facilitano la lettura di tutti, in particolare dei lettori dislessici.

Realizzato grazie al 5x1000 donato al CRO di Aviano.
Progetto realizzato dal gruppo Patient Education&Empowerment
del CRO di Aviano

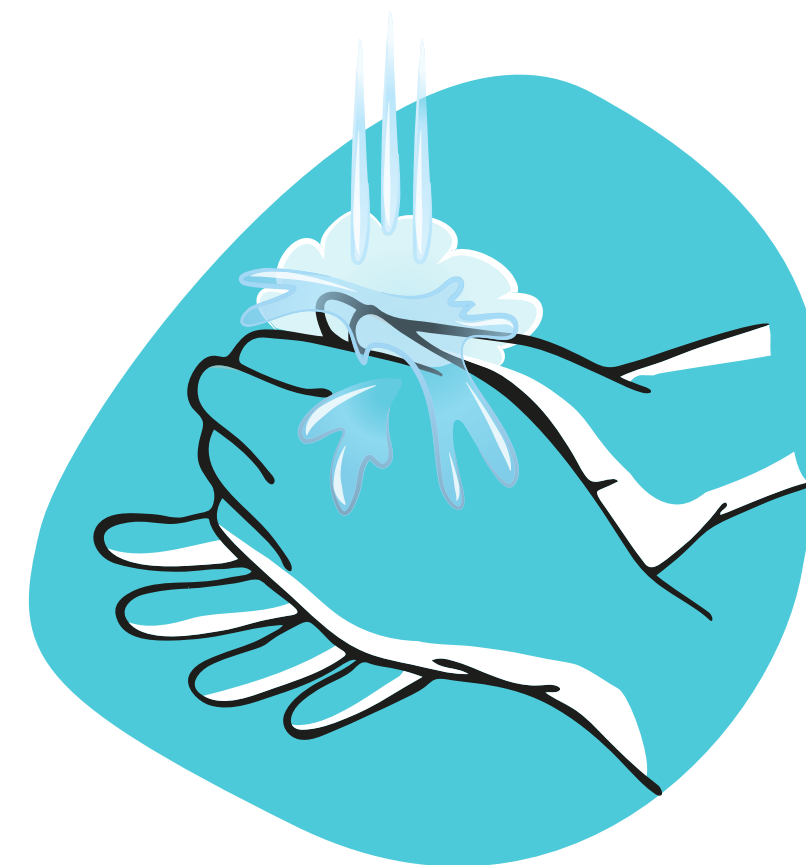


Centro di Riferimento Oncologico di Aviano (CRO) IRCCS
Via Franco Gallini, 2 - 33081 Aviano (Pn)
www.cro.it

Gennaio 2024, 4ª edizione, ristampa

Dedicato ai Pazienti in cura al CRO

*Proteggi te stesso
e gli altri in ospedale:*
LAVATI LE MANI



CROinforma



CHI?

È di grande importanza che tutte le persone, soprattutto in ospedale, seguano scrupolosamente le indicazioni per una corretta igiene delle mani:

- per i pazienti è importante perché riducono il rischio di contrarre infezioni e di prolungare la permanenza in ospedale;
- per gli operatori è importante perché limita la possibilità di infettarsi e infettare;
- per i familiari e accompagnatori è importante perché limita la possibilità di essere veicolo di batteri e virus.

L'igiene delle mani, dunque, è un elemento vincente per tutti e verificare che tutti lo facciano aiuta a prevenire le infezioni.

PERCHÈ?

Per prevenire le infezioni ospedaliere.

L'igiene delle mani è uno dei metodi più efficaci per prevenire la diffusione delle ICA (Infezione Correlata all'Assistenza), inclusi raffreddore, influenza e altre infezioni più complesse da curare, come quelle causate dallo Staphylococcus aureus, un microrganismo resistente a molti antibiotici.

I pazienti ricoverati possono contrarre infezioni:

il 5-8% dei pazienti ricoverati in un ospedale ha una complicità infettiva. In alcuni casi, questa può essere difficile da curare e può permanere nel tempo. Ciò comporta un aumento dei disagi e delle sofferenze dei pazienti e un aumento delle giornate di degenza.

La migliore prevenzione è che TUTTI, pazienti, visitatori e operatori sanitari, si lavino le mani in modo corretto.

QUANDO?

- All'entrata in ospedale;
- in stanza, dopo aver toccato il letto, il comodino, il tavolo, le maniglie, le sedie, il campanello, il telefono, ecc.;
- prima e dopo il contatto con le persone;
- dopo aver utilizzato i servizi igienici;
- prima e dopo i pasti;
- prima e dopo aver toccato occhi, naso o bocca;
- dopo essersi soffiati il naso e dopo aver starnutito e tossito;
- prima e dopo aver medicato le ferite;
- dopo aver toccato i rifiuti;
- quando si esce dall'ospedale.

INDICAZIONI PER CHI VIENE IN OSPEDALE

- Se sei paziente contatta sempre il medico o l'infermiere di riferimento se hai una temperatura uguale o maggiore a 37°C, se hai tosse, raffreddore, mal di gola;
- se sei un familiare o un accompagnatore non venire in ospedale se hai una temperatura uguale o maggiore a 37°C, se hai tosse, raffreddore, mal di gola;
- igienizza le mani con acqua e sapone o gel alcolico;
- ricorda a chi sta intorno a te di igienizzarsi le mani;
- evita di indossare orologi o gioielli se stai assistendo una persona (potrebbero essere contaminati);
- prima di entrare e dopo essere usciti dalla stanza vanno igienizzate le mani;
- non toccare occhi, naso e bocca con le mani non igienizzate;
- copriti bocca e naso con un fazzolettino di carta quando starnutisci (poi gettalo subito nel cestino);
- non scambiare oggetti o cibo con altre persone.

La corretta igiene della mani è la pratica più semplice e efficace per prevenire la trasmissione delle infezioni.

CONTATTI

Infermiera Rischio Infettivo
tel. 0434 659352

Per informazioni su questa ed altre pubblicazioni per pazienti contatta:
Biblioteca Pazienti CRO di Aviano
tel. 0434 659467
email: people@cro.it