

Anul acesta, 5 mai – Ziua Mondială a Igienii Mâinilor, este esențial de celebrat, chiar dacă ne aflăm în condiții de distanțare socială. Motivul e simplu: este mai evident ca niciodată că igiena mâinilor ne poate salva viața.

„Mâinile curate salvează vieți!” este și mesajul Organizației Mondiale a Sănătății (OMS) de mai bine de 10 ani, dar care în contextul acestui an subliniază încă un aspect important prin campania „Clean care is in your hands – Îngrijirea curată este în mâinile tale”. Aceasta are ca punct central rolul pe care asistenții medicali și moașele îl au în oferirea unei îngrijiri de calitate, în promovarea celor mai bune practici, inclusiv în ceea ce privește igiena mâinilor.

Tema campaniei din 2021 este „Achieving hand hygiene at the point of care” („Realizarea igienei mâinilor la punctul de îngrijire”), iar sloganul sub care se desfășoară – „Seconds save lives – clean your hands!” („Secunde salvează vieți – curăță-ți mâinile!”).



În acest sens, compartimentul de epidemiologie al Spitalului Județean de Urgență (SJU) a organizat o acțiune de conștientizare a dezinfectării mâinilor în rândul cadrelor medicale și cu un mic concurs cu premii. **„Având în vedere că este ziua internațională a Igienii Mâinilor, am organizat în curtea spitalului un flash mob legat de conștientizarea igienei mâinilor de către personalul spitalului. Ideea este de a promova igiena mâinilor, pentru reprezintă una din cele mai importante metode prin care prevenim infecțiile în cadrul spitalelor și se pot salva vieți”,** a precizat medicul Ștefan Bercea, medicul epidemiolog șef al SJU Mavromati.

Unul din punctele cele mai sensibile la curățenia mâinilor a rămas secția de neonatologie a Maternității Botoșani, unde bebelușii născuți prematur au organismul cel mai sensibil la viruși sau microbi. Infecția neonatală rămâne o preocupare constantă, în ciuda progreselor înregistrate prin apariția de tehnologii și proceduri complexe, necesare pentru salvarea și îngrijirea unor pacienți proveniți din sarcini cu sau fără risc crescut.

„Ameliorarea supraviețuirii nou-născuților, în mod special a prematurilor, depinde de aplicarea cu strictețe a unor strategii de profilaxie a infecțiilor, în special a celor nosocomiale. Igiena mâinilor (spălare/dezinfecție) este cel mai important instrument de control al infecțiilor nosocomiale având în vedere faptul demonstrat că multe din infecțiile nosocomiale sunt determinate de germenii vehiculați prin portaj manual”, a precizat medicul primar în neonatologie Carmen Zaboloteanu, șeful secției neonatologie din cadrul maternității Botoșani. Aceasta mai spune că apropiații nou născuților trebuie să preia deprinderea ca la fiecare atingere a copilului mâinile să fie igienizate.

În ideea formării acestei deprinderi, atât pentru familie, cât și pentru personal, fiecare pățut, incubator, masă radinată, au fost semnalate cu un mic indicator colorat care să le reamintescă.

Ce înseamnă igiena mâinilor în contextul Covid19



Mâinile au un rol crucial în transmiterea COVID-Acest virus se răspândește în principal prin transmiterea particulelor provenite din tuse, strănut, picături de salivă și contact direct, adică atingerea persoanelor infectate și/sau a obiectelor sau suprafețelor contaminate. Astfel, mâinile pot răspândi virusul pe suprafețe și îl pot duce la gură, nas sau ochi, dacă te atingi fără să te speli.

Igiena mâinilor este una dintre cele mai eficiente acțiuni pe care le putem întreprinde pentru a reduce răspândirea agenților patogeni și pentru a preveni infecțiile, inclusiv cea cu virusul COVID-19. Membrii comunității se pot apăra mai bine dacă adoptă activ și frecvent igiena mâinilor ca obicei zilnic.

Cum facem igiena mâinilor



Trebuie să ne spălăm pe mâini cu săpun și apă la robinet ori de câte ori avem mâinile vizibil murdare, după ce strănutăm sau tușim, după ce avem grijă de o persoană bolnavă, înainte, în timpul și după ce pregătim de mâncare, înainte să mâncăm, după ce folosim toaleta, după ce punem mâna pe animalele de companie sau resturile lor. Spălatul mâinilor trebuie să dureze între 40 și 60 de secunde, conform Organizației Mondiale a Sănătății.

De asemenea trebuie să ne și dezinfectăm mâinile ori de câte ori este necesar cu o soluție pe bază de alcool cu minim alcool 60%. Dezinfectarea mâinilor trebuie să dureze 20-30 de secunde, conform Organizației Mondiale a Sănătății.

Cum a devenit importantă spălarea pe mâini



Ignaz Semmelweis (1818 – 1865), un medic maghiar care lucra la Spitalul General din Viena, este cunoscut ca parintele igienei. In 1846, el a observat ca femeile care nasteau intr-o institutie medicala de invatamant asistate de studentii la medicina din respectivul spital aveau mai multe riscuri de deces in comparatie cu femeile care isi aduceau pe lume copiii intr-o alta sectie a spitalului administrata de moase. Semmelweis a decis sa faca mai multe cercetari, cautand diferente intre cele doua sectii. El a observat ca studentii si medicii mergeau adesea in maternitate dupa ce efectuau o autopsie. Pe baza observatiilor sale, Semmelweis a ajuns la concluzia ca „particule cadaverice” care insoteau acele autopsii erau aduse din camera de autopsie in maternitate. In schimb, moasele nu au efectuat astfel de autopsii, nefiind deci expuse acestor particule. Descoperirea lui Semmelweis este importanta si in zilele noastre: spalatul pe maini este una dintre cele mai importante masuri de sanatate publica.



Ca urmare, Semmelweis a impus o noua regula, cea care prevede ca doctorii sa se spele pe maini si sa isi dezinfecteze mainile cu o solutie cu clor. Rata de deces din maternitatea sa a scazut simtitor. Aceasta a fost prima dovada care arata ca spalarea si dezinfectarea mainilor ajuta la prevenirea infectiilor. Totusi, observatia sa nu a fost populara in randul tuturor: unii medici au presupus ca Semmelweis insinua ca ei sunt de vina pentru decesele inregistrate, motiv pentru care au incetat sa se spele pe maini, aducand ca argument ideea la moda in acele timpuri potrivit careia apa era cauza potentiala de imbolnavire.

Medici precum Semmelweis nu au mai considerat imbolnavirea ca fiind o consecinta a spiritelor rele sau a aerului urat mirositor. Mai mult, el a incercat sa ii convinga si pe alti medici din spitalele europene de beneficiile spalului pe maini, dar fara succes la acel moment. Dincolo de a fi considerat parintele spalului pe maini, Semmelweis este si cel care a implementat un model epidemiologic de prevenire a infectiilor.

[VIDEO 1](#) [VIDEO 2](#) [VIDEO 3](#) [VIDEO 4](#) [VIDEO 5](#) [VIDEO 6](#) [VIDEO 7](#)

[VIDEO 8](#) [VIDEO 9](#) [VIDEO 10](#) [VIDEO 11](#) [VIDEO 12](#) [VIDEO 13](#) [VIDEO 14](#)





















