

5. květen – SVĚTOVÝ DEN HYGIENY RUKOU

Světový den hygieny rukou si připomínáme každý rok 5. května. Mytí rukou, na které tento den upozorňuje, je rozhodujícím preventivním opatřením proti přenosu mnoha infekčních onemocnění. Podle Světové zdravotnické organizace se až 80 % infekcí šíří špinavýma rukama.

Může se jednat o hepatitidu typu A, salmonelózu, o různá průjmová a respirační onemocnění, jejichž původci se nacházejí a množí na běžně používaných předmětech. Mezi ně patří například madla nákupních košíků, držadla v hromadných dopravních prostředcích, kliky u dveří, mince, bankovky a platební karty, tlačítka zvonků a výtahů, mobilní telefony, počítačové klávesnice a myši, vodovodní baterie a další.

Doba mytí rukou: Ruce si myjte 15 – 20 sekund! Celá procedura však zabere 40 – 60 sekund!

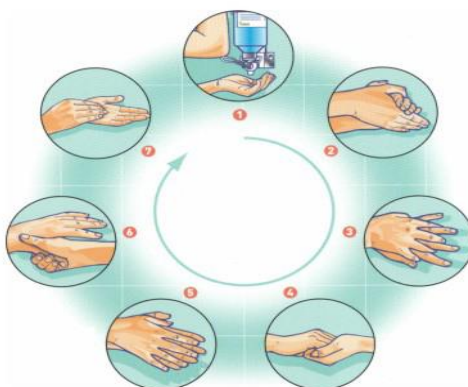
Kdy si mýt ruce:

- vždy po příchodu domů,
- po toaletě,
- před, při a po přípravě jídla,
- před jídlem,
- po použití hromadné dopravy,
- po kontaktu s předměty užívanými mnoha osobami (peníze, nákupní košíky, vozíky, apod.),
- po smrkání, kýčání, kašli,
- před a po ošetření poranění,
- před a po kontaktu s nemocnou osobou, po návštěvě nemocnice či lékařské ordinace,
- po manipulaci s odpadky,
- po kontaktu se zvířaty apod.

Když není mýdlo a voda?

Pak můžeme použít antibakteriální gel na ruce, který výrazně redukuje bakterie na rukou. Aplikuje se množství o velikosti kávové lžičky do dlaně a vmasíruje do obou rukou, dokud se úplně nevsákne a nezaschne, celé to trvá 20 – 30 sekund.

Technika správného mytí rukou PODLE ČSN EN 1499 A ČSN EN 1500



Zdroj: <http://www.szu.cz>

Zpracovala: Martina Brhelová, Jana Miklová