

# HOGYAN LEHET A HÚGYÚTI FERTŐZÉSEKET MEGELŐZNI AZ IDŐSOTTHONBAN GONDOZOTTAKNÁL?



## Tudjon meg többet:

- Kézhygiénia
- Fizikális védőruházatok és egyéb eszközök, berendezések
- Anogenitális higiénia
- Pelenkacsere
- A húgyhólyag kiürítése
- Húgyúti katéter

**A HELYES GYAKORLAT  
SEGÍT A FERTŐZÉSEK  
MEGELŐZÉSÉBEN**

**Van fertőzés higiénias “csillag” minősítése?  
Olvassa el ezt a anyagot, hogy megtudja, fejlődött-e?**

Az idősek otthonában élő gondozottak fokozottan ki vannak téve a húgyúti fertőzések kockázatának. Néhány egyszerű intézkedéssel javíthatja a fertőzés higiéniás "csillag" minőségét, és segíthet megelőzni a húgyúti fertőzések kialakulását. Ez az anyag útmutatást nyújt Önnek az helyes gyakorlatok megőrzéséhez illetve javításához, amelyek bizonyítottan csökkentik a húgyúti fertőzések kockázatát.

**A címlapon röviden bemutatott témákat talál. A hátsó oldalakon az ajánlásokat alátámasztó információk találhatóak.**

1. Mody L, Krein SL, Saint S, Min LC, Montoya A, Lansing B, et al. A targeted infection prevention intervention in nursing home residents with indwelling devices. *National Institutes of Health*; 2015.
2. Meddings J, Saint S, Krein SL, Gaies E, Reichert H, Hickner A, et al. Systematic review of interventions to reduce urinary tract infection in nursing home residents. *National Institutes of Health*; 2017.
3. Omlj R, Skotnes LH, Mykleitun A, Bakke A, Kuhry E, Midtjell K. Pad per day usage, urinary incontinence, and urinary tract infections in nursing home residents. *National Institutes of Health*; 2010.
4. Raz R, Stamm WE. Recurrent urinary tract infections in postmenopausal women. *National Institutes of Health*; 2000.
5. Chenoweth CE, Gould CV, Saint S. Diagnosis, management, and prevention of catheter-associated urinary tract infections. *National Institutes of Health*; 2013.
6. World Health Organization. *Infection prevention and control*. Geneva: World Health Organization; 2020.



Co-funded by  
the European Union

Co-funded by the European Union, eu4health programme, project id 101079838. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union and/or the European Health and Digital Executive Agency (HaDEA). Neither the European Union nor the granting authority can be held responsible for them.



# KÉZHIGIÉNIA

VÉDJE A GONDOZOTTAKAT  
A HÚGYÚTI FERTŐZÉSEK  
KIALKULÁSA ELLEN A  
KÖVETKEZŐKKEL:

- KÉZFERTŐTLENÍTÉS
- KÉZMOSÁS



**IMA**  **INE**

Fordítsa meg az oldalt további információkért



# A BAKTÉRIUMOK ÁTVITELE A KÉZRŐL A HÚGYUTAKBA HÚGYÚTI FERTŐZÉST OKOZHAT.

## AZ OPTIMÁLIS KÉZHIGIÉNYIA KÖVETELMÉNYEI:

- Ép bőr, könyök fölött végződő ruhaujjak, tiszta, rövid körmök körömlakk nélkül, ékszer nélküli ujjak, karóra és ékszerek nélküli csukló és alkar.

## A HELYES KÉZHIGIÉNYIAI VÁLASZTÁS:

- Tiszta és száraz kezek esetén egyedül kézfertőtlenítés végzendő.
- Láthatóan szennyezett vagy nedves kezek esetén, valamint a gondozottak WC-látogatásában való segítségnyújtás után kezet kell mosni, majd kézfertőtlenítést végezni.

## A MEGFELELŐ ALKALOM:

- Kézhigiénit kell végezni:
  - Az anogenitális higiénával, pelenkacserével és állandó vizeletkatéter kezelésével kapcsolatos valamennyi feladat előtt és után.
  - Az egyszer használatos kesztyűk használata után.

**IMA****GINE**

## FIZIKÁLIS VÉDŐRUHÁZATOK ÉS EGYÉB ESZKÖZÖK, BERENDEZÉSEK

VÉDJE A GONDOZOTTAKAT A HÚGYÚTI  
FERTŐZÉSEK ELLEN A KÖVETKEZŐKKEL:

TISZTA ESZKÖZÖK, MINT:

- MOSDÓKESZTYŰ (VÍZES RUHA)
- TÖRÖLKÖZŐK
- MOSDÓKAGYLÓ
- VIZELETGYŰJTŐ TARTÁLY AZ ÁLLANDÓ KATÉTERES VIZELETGYŰJTŐ  
ZSÁK KIÜRÍTÉSÉHEZ



Egyszer  
használatos  
kesztyűk

Egyszer  
használatos  
kötény

**IMAGINE**

Fordítsa meg az oldalt további információkért



# A BAKTÉRIUMOK ÁTVITELE A HÚGYUTAKBA A MUNKARUHÁRÓL ILLETVE A MUNKAESZKÖZÖKRŐL HÚGYÚTI FERTŐZÉST OKOZHAT.

A mikroorganizmusok átvitelének megakadályozása érdekében védőruházatot kell alkalmazni, az eszközöknek/berendezéseknek tisztának kell lenniük, és nem használhatók más feladatokhoz vagy más gondozottakhoz.

A biztonságos munkavégzés érdekében a védőruházatot és az egyéb tiszta eszközöket egy tiszta, kéznél lévő felületre kell helyezni a pelenkacsere, az anogenitális higiénia és a tartós vizeletkatéter kezelése előtt.



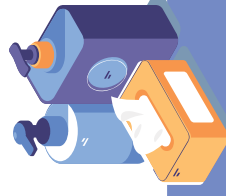
**Az egyszer használatos kesztyűt a szennyezettnek minősülő feladatról a tiszta tevékenységre való áttéréskor cserélni szükséges.**



**Az egyszer használatos kesztyűket és az egyszer használatos kötényeket minden használat után ki kell dobni.**

**IMAGINE**

# ANOGENITÁLIS HIGIÉNIA



NE FELEDJE A KÉZHIGIÉNIA ELVÉGZÉSÉT  
KÖZVETLENÜL AZ ANOGENITÁLIS HIGIÉNIA  
ELŐTT ÉS UTÁN.

AZ ANOGENITÁLIS HIGIÉNIÁT VÉGEZZE  
EL MINDEN NAP ÉS AZON BELÜL MINDEN  
PELENKACSERE ALKALMÁVAL.



## Nők

Végezze az anogenitális  
higiéniát a húgycsőnyílás  
irányából távolodva – azaz  
előlről hátrafelé haladva.



## Férfiak

Óvatosan húzza fel a fitymát  
(előbőrt).  
Mossa meg a hímvesszőt a  
húgycsőnyílástól távolodva  
haladva (belülről kifelé).  
Óvatosan húzza vissza a  
fitymát (előbőrt) a helyére.

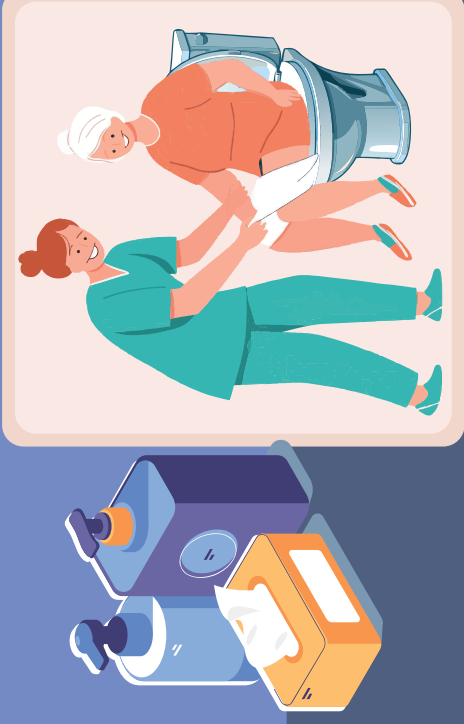
## Állandó vizeletkatéter:

A katétercsövet a  
húgycsőnyílás irányából,  
attól távolodó irányba  
mossa.

**IMAGINE**

Fordítsa meg az oldalt további információkért





Fontos, hogy a húgycsőnyílás területét a húgycsőnyílástól távolodva (belülről kifelé) mossuk. A húgycsőnyílás a baktériumok számára behatolási kapu, amelyen keresztül a húgyutakba jutnak és húgyúti fertőzéshez vezethetnek.

Fontos továbbá az anogenitális higiénia napi rendszerességű és minden pelenkacsere alkalmával történő elvégzése, mivel a nedves és/vagy széklettel szennyezett pelenka jó környezetet biztosít a baktériumok szaporodásához.

**IMAGINE**



# PELENKACSERE

NE FELEDJE A KÉZHIGIÉNIÁT KÖZVETLENÜL AZ ANOGENITÁLIS HIGIÉRIA ELŐTT ÉS UTÁN.

NAPONTA LEGALÁBB 3-SZOR CSERÉLJE A PELENKÁT. TÖREKEDJEN ARRRA, HOGY A PELENKÁT VIZELÉS UTÁN A LEHETŐ LEGHAMARABB CSERÉLJE.

IDŐVEL TAPASZTALJA KI, HOGY A PELENKA A NAP MELY IDŐSZAKAIBAN VÁLÍK NEDVESSÉ, HOGY – AMENNYIBEN EZ LEHETSÉGES - SEGÍTSE A WC-LÁTOGATÁST A PELENKA VIZELÉSHEZ VALÓ HASZNÁLATÁNAK ALTERNATÍVÁJAKÉNT.



- TARTSA TISZTÁN AZ ANOGENITÁLIS TERÜLETET.
- VÁLASSZA KI A MEGFELELŐ MÉRETŰ PELENKÁT.



**IMAGINE**

Fordítsa meg az oldalt további információkért



Sok idősothonban a gondozottak vizeletinkontinenciájában szenvednek és ezért pelenka használatra szorulnak.

A nedves vagy széklettel szennyezett pelenkáról a bőrre kerülő baktériumok átkerülhetnek a húgyutakba, és húgyúti fertőzést okozhatnak.

A pelenka mérete akkor megfelelő, ha a pelenka képes felszívni a következő pelenkázásig várható vizeletmennyiséget.

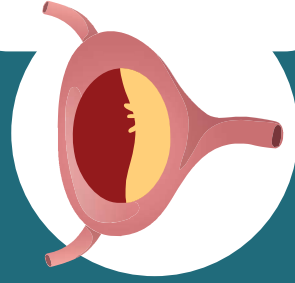
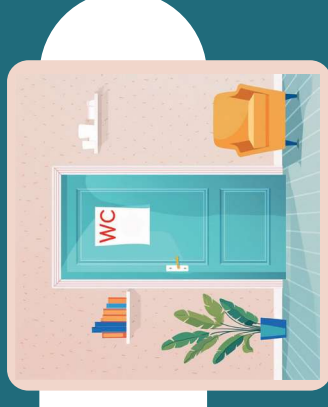


**IMAGINE**

# A HÚGYHÓLYAG KIÜRÍTÉSE

NE FELEDKEZZEN MEG A KÉZHIGIÉNIÁRÓL KÖZVETLENÜL A WC-LÁTOGATÁSBAN VALÓ SEGÍTSÉGNYÚJTÁS ELŐTT ÉS UTÁN.

TÖREKEDJEN ARRÁ, HOGY A GONDOZOTT NAPONTA LEGALÁBB HÁROMSZOR (AMENNYIBEN LEHETSÉGES, A GONDOZOTT FIZIKÁLIS ÉS MENTÁLIS ÁLLAPOTÁNAK MEGFELELŐEN) HASZNÁLJA A WC-T.



- Biztosítson elegendő időt, és megfelelő üőhelyzetet a hólyag kiürítéséhez.
- Ha lehetséges, fontolja meg a háromszori hólyagürítés lehetőségét (az egyes hólyagürítések között várni kell 10-20 másodpercet, majd újra próbálkozni a hólyagürítéssel).
- A húgyhólyag ürítési problémája esetén ultrahangos vizsgálat válhat szükségessé.

**IMAGINE**

Fordítsa meg az oldalt további információkért



A nem teljes vizeletürítéskor reziduális (=maradék) vizelet marad a hólyagban.

Ez összefügg a magas életkorral, az inkontinenciával, a csökkent mobilitással és a székrekedéssel. A reziduális vizelet jó táptalaj a baktériumok számára.

A reziduális vizelet kialakulása megelőzhető, ha megfelelő időt biztosítunk a gondozótnak, és biztonságérzetet teremtünk.

A háromszori ürítés azt jelenti, hogy a hólyagot – rövid szünetekkel - háromszor egymás után próbáljuk kiüríteni, nem pedig csak egyszer. Ez hozzájárulhat ahhoz, hogy a húgyhólyagot jobban kiürítsük.



# VIZELETKATÉTER BEHELYEZÉSE ÉS KEZELÉSE



**KÖZVETLENÜL A KATÉTER BEHELYEZÉSE ELŐTT ÉS UTÁN,  
VALAMINT KÖZVETLENÜL A KATÉTER KEZELÉSE ELŐTT ÉS  
UTÁN KÉZHIGIÉNIÁT KELL VÉGEZNI.**

- Vizeletkatéter behelyezését csak képzett egészségügyi szakdolgozó végezheti.
- Katéter behelyezésekor biztosítsa az aszeptikus technikát.
- Naponta vizsgálja meg a gondozottat, hogy tapasztal-e fájdalmat vagy kellemetlenséget.
- Naponta tisztítsa meg a katéterbeszajadást a húgycsőbe és a körülötte lévő területet, ellenőrizze hogy van-e bőrpír vagy irritáció.
- Vizsgálja meg a katéter beszajadását a húgycsőbe, hogy nincs-e a katéter eltömítő anyag, illetve, hogy megfelelő-e a vizeletelvezetés.
- Távolítsa el a vizelet katétert, ha már nincs rá szükség.

**IMA**  **INE**

Fordítsa meg az oldalt további információkért





A vizeletkatéter behelyezésekor fontos az aszeptikus technika.

Végezze el az anogenitális higiénit, dobja el az egyszer használatos kesztyűt, és a katéter behelyezés előtt végezzen újra kézhigiénit. Állítson fel steril területet: steril kesztyűk, izoláló kendő, steril gézlabda/buci, steril katéter.

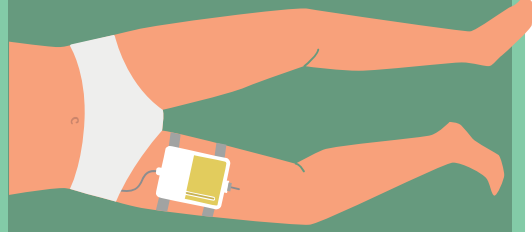
Ne érintse meg a steril területen lévő eszközöket/anyagokat nem steril kézzel vagy nem steril eszközzel/anyaggal.

Ügyeljen arra, hogy a katéter ne érintkezzen semmivel és hogy a katéter vége se érintse a nemi szerveket, mielőtt a húgycsőbe bevezetnék. Ha a katéter véletlenül hozzáért valamihez, dobja ki, és vegyen elő egy új steril katétert. A vizeletkatéter még megfelelő higiénia mellett is növeli a húgyúti fertőzés kockázatát. Ezért a vizeletkatétert csak akkor szabad használni, ha orvosiilag indokolt és el kell távolítani, amikor már nem szükséges.

**IMAGINE**

# A VIZELET KATÉTERES ZSÁK KEZELÉSE

## NE FELEDKEZZEN MEG A KÉZHIGIÉNIÁRÓL KÖZVETLENÜL A VIZELETGYŰJTŐ ZSÁK KIÜRÍTÉSE ELŐTT ÉS UTÁN.

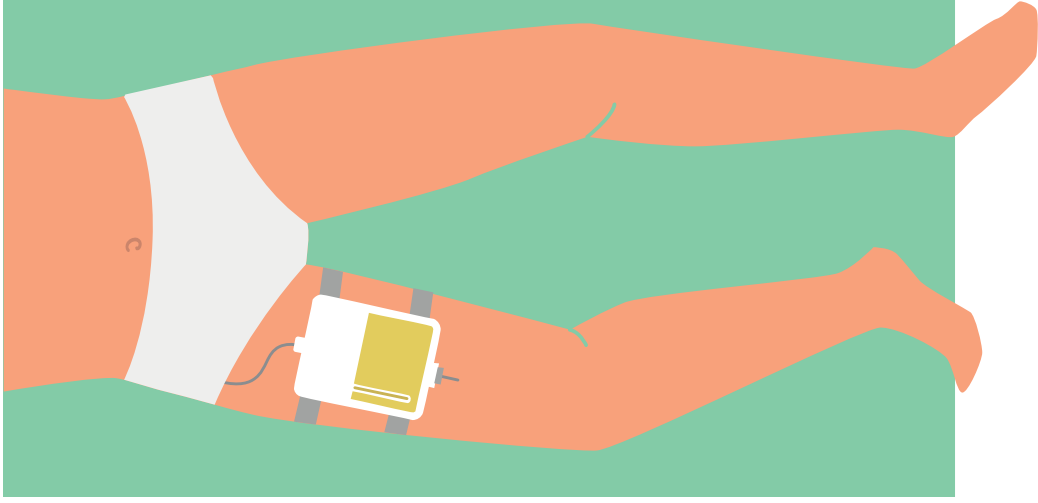


- Helyezze a vizeletgyűjtő zsákot a hólyag szintje alá vagy a hólyag szintjére.
- Kerülje a vizeletgyűjtő zsák padlóról történő kontaminálódását.
- Rögzítse megfelelően a vizeletgyűjtő zsák csövét, hogy elkerülje a vizeletgyűjtő zsák és a cső megcsavarodását, hurok képződését, a cső megtörését, húzóódását, összenyomódását.
- A zsák cseréjekor használjon új, még nem használt vizeletgyűjtő zsákot.

**IMAGINE**

Fordítsa meg az oldalt további információkért





Fontos biztosítani, hogy a vizelet ne folyjon visszafelé. Ez elkerülhető, ha a vizeletgyűjtő zsákot a húgyhólyag szintje alá vagy a hólyag szintjére helyezzük.

Az egyik egyszerű szabály, hogy a vizeletgyűjtő zsák nem érhet a padlóhoz, mivel a padlóról a baktériumok a vizeletgyűjtő zsákon keresztül a húgyutakba kerülhetnek.

A vizeletgyűjtő zsák csövét helyesen kell rögzíteni, hogy elkerülhető legyen annak csavarodása, hurok képződése, a cső megtörése, húzódása és összenyomódása, mivel ezek apró léziókat/sérüléseket okozhatnak a húgycsőben, ami növeli a húgyúti fertőzés kockázatát.

A vizeletgyűjtő zsák cseréjekor a katétervég könnyen kontaminálódik és ez húgyúti fertőzést okozhat. Ez elkerülhető, ha új, még nem használt vizeletgyűjtő zsákot használunk a zsák cseréjekor.

**IMAGINE**

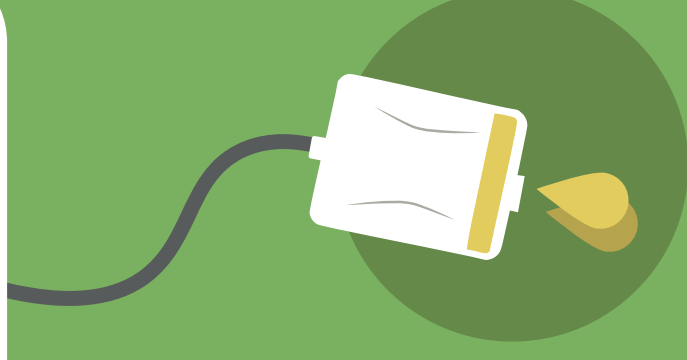


# A VIZELET KATÉTERES ZSÁK KIÜRÍTÉSE

NE FELEDKEZZEN MEG A KÉZHIGIÉNIÁRÓL KÖZVETLENÜL A VIZELETGYŰJTŐ ZSÁK KIÜRÍTÉSE ELŐTT ÉS UTÁN.

NE FELEDJE, HOGY TISZTA, EGYSZER HASZNÁLATOS KESZTYŰT ÉS TISZTA, EGYSZER HASZNÁLATOS KÖTÉNYT VISELJEN.

- Ürítse ki a vizeletgyűjtő zsákot, amikor az legfeljebb  $\frac{3}{4}$ -ig megtelt.
- Használjon tiszta vizeletgyűjtő tartályt.
- A vizeletgyűjtő zsák kiürítése után törölje le a csapot tiszta papírtörülővel vagy hasonlóval.



**IMAGINE**

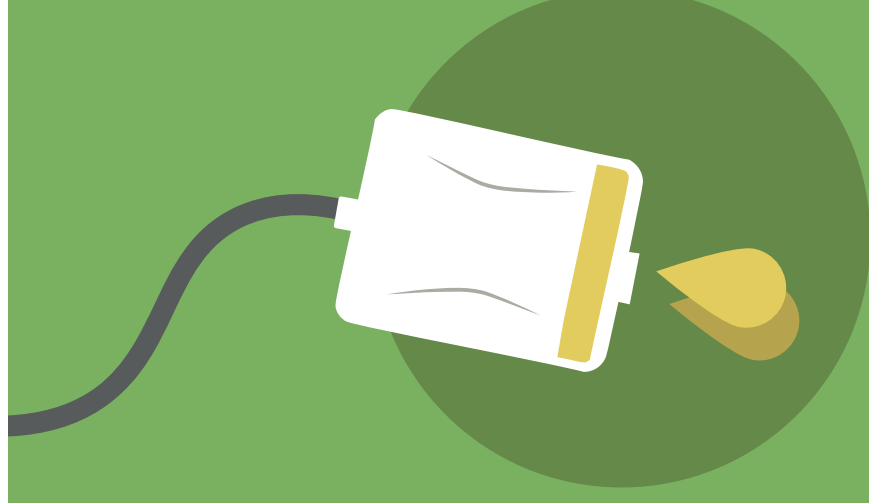
Fordítsa meg az oldalt további információkért



Ügyeljen arra, hogy a vizeletgyűjtő zsákot akkor ürítse ki, amikor az legfeljebb  $\frac{3}{4}$ -ig tele van, hogy megelőzze a katétercsőben a vizelet pangást és a vizelet visszaáramlását.

Tiszta vizeletgyűjtő tartály használata megakadályozza a katéter végének szennyeződését.

A vizelet cseppek baktériumokat tartalmaznak. Ezek eltávolítása hozzájárul a baktériumok átvitelének megelőzéséhez.



**IMAGINE**