

Bevezető program a húgyúti fertőzések megelőzésére az idősothokban gondozottak számára.

Az anogenitális higiénával, a pelenkacserével és a WC-látogatással kapcsolatban.

Gyakornok:

Felügyelő:

A húgyúti fertőzés az idősek otthonában gyakori fertőzés, amely sok esetben megelőzhető.

Az idősek otthonában az időskorúak gondozása gyakran magában foglalja az anogenitális higiénával, a pelenkával és a WC-látogatással kapcsolatos gondozási feladatokat. Az ilyen jellegű gondozási feladatokat gyakran nem egészségügyi képzettséggel rendelkező személyzet látja el. A húgyúti fertőzések megelőzéséhez tudásra, képzésre és készségekre van szükség.

Ez a program mind a bemutatkozási feladatot ellátó, mind a bemutatkozót segítő személy számára készült.

Az 1. oldalon megtalálja azoknak az általános feltételeknek a listáját, amelyeknek teljesülniük kell ahhoz, hogy az ápolási feladatokat a húgyúti fertőzések megelőzésének megfelelő módon végezzék.

A 2. oldalon az anogenitális higiénával, a pelenkacserével és a WC-látogatás segítségével kapcsolatos utasításokat talál.

Az 1. és 2. oldalon lehet jelölni, hogy mikor történt meg az oktatás és mikor került alkalmazásra.

A 3. és 4. oldalon háttéranyagot talál az egyes témák további magyarázatához.

Kézhygiéné: kézfertőtlenítés és kézmosás Minden esetben közvetlenül az anogenitális higiénia, a pelenkacseré és a WC-látogatással kapcsolatos asszisztencia előtt és után is el kell végezni – valamint az egyszer használatos kesztyűk használata után. Jelenthet kézfertőtlenítést vagy kézmosást.	Oktatás Dátum és aláírás	Alkalmazás Dátum és aláírás
A megfelelő kézhygiéné feltételei		
a. Körömlakk és műköröm nélküli rövid körmök. b. A kézen és a csuklón nincsen ékszer (jeggyűrű sem), karóra vagy pólya/kötszer. c. Rövidujjú felső (könyök feletti)		
Kézfertőtlenítés		
a. Akkor használja, amikor a kezei láthatóan tiszták és szárazak. b. Használjon elegendő mennyiségű alkohol alapú fertőtlenítőt, hogy a kezei 20-30 másodpercig nedvesek legyenek, amíg megfelelően átdörzsöli azokat. c. Az egészségügyi személyzet számára kézmosás utáni kiegészítésként használatos.		
Kézmosás		
a. Akkor végezze, ha kezei emberi váladékkal szennyezettek (pl. széklet, vizelet), ha nedvesek, vagy mikor az egyszer használatos kesztyűk használatát követően nyirkosak. b. Az egészségügyi személyzet számára utána mindig kézfertőtlenítés végzendő.		
Elővigyázatossági óvintézkedések	Oktatás Dátum és aláírás	Alkalmazás Dátum és aláírás
a. Viseljen egyszer használatos kesztyűt és egyszer használatos köpenyt az anogenitális higiénához és a pelenkacseréhez kapcsolódó feladatok során.		
Eszközhasználat	Oktatás Dátum és aláírás	Alkalmazás Dátum és aláírás
a. Teremtse tiszta munkakörnyezetet. b. Használjon tiszta eszközöket, beleértve a törölkendőket, törülközőket, mosdókagylókat/mosótálat, vizeletszákat, intimszappant, szemeteszákat, szennyes ruhának való zsákat.		

Anogenitális higiénia Végezzen anogenitális higiénia legalább naponta egyszer	Oktatás Dátum és aláírás	Alkalmazás Dátum és aláírás
<ul style="list-style-type: none"> • Nőknél: <ul style="list-style-type: none"> » A mosdatást a húgycsőnyílás irányából – belülről kifelé – végezze. Használjon új mosdókendőt minden egyes törléshez. Öblítse le a szappant. » Mossa meg a terület többi részét. Végezze a mosdatást a végbélnyílás (ánusz) irányába. Használjon új mosdókendőt minden egyes törléshez. Öblítse le a szappant. » Alaposan szárítsa meg a bőrt. 		
<ul style="list-style-type: none"> • Férfiaknál: <ul style="list-style-type: none"> » Óvatosan húzza fel a fitymát. » A pénisz makkját a húgycsőnyílás irányából – belülről kifelé – mossa, és használjon új mosdókendőt minden törléshez. Öblítse le a szappant. » Végezze el a pénisz és herezacskó többi részének mosdatását. Végezze a mosdatást a végbélnyílás (ánusz) irányába. Használjon új mosdókendőt minden törléshez. Öblítse le a szappant. » Óvatosan húzza vissza a fitymát. » Alaposan szárítsa meg a bőrt. 		
Pelenkacsere	Oktatás Dátum és aláírás	Alkalmazás Dátum és aláírás
<ul style="list-style-type: none"> • Naponta legalább 3-szor cseréljen a pelenkát. • Törekedjen arra, hogy a pelenkát vizeletürítés után a lehető leghamarabb cserélje. • Öblítse le a pelenka által fedett területet. • Válasszon megfelelő méretű pelenkát. 		
WC-látogatás (hólyagürítés)	Oktatás Dátum és aláírás	Alkalmazás Dátum és aláírás
<ul style="list-style-type: none"> • Törekedjen arra, hogy a gondozott maga használja a WC-t (ha a gondozott fizikai és mentális állapota ezt lehetővé teszi): <ul style="list-style-type: none"> » Segítsen abban, hogy elegendő idő álljon rendelkezésre és a gondozott biztonságban érezze magát. » Biztosítsa a megfelelő ülőhelyzetet a hólyag kiürítéséhez. 		

IMAGINE



HÁTTÉRANYAG

A kézhigiénia (kézfertőtlenítés vagy kézmosás és az azt követő kézfertőtlenítés) a hatékony fertőzés megelőzés egyik kulcsmozzanata. Emiatt fontos, hogy a húgyúti fertőzések megelőzése érdekében a kézhigiéniát a megfelelő módon és a megfelelő időben végezzük.

A megfelelő kézhigiéné feltételei

Az ékszerek, a hosszú körmök és a műkörmök, körömlakk és a hosszú ujjú felsők akadályozzák a hatékony kézhigiéniát, s ezáltal a mikroorganizmusok gyűjtőhelyeivé válnak. A kézhigiéniát követően az ékszereken, körmökön, stb. a mikroorganizmusok továbbra is ott maradnak és továbbadhatók más személyeknek.

Kézfertőtlenítés

A kézhigiéniát közvetlenül az anogenitális higiéniaival, a pelenkacserével és a WC-látogatásban való segítségnyújtással kapcsolatos ápolási feladatok előtt és után is el kell végezni. Legtöbbször a kézhigiénia során az elsődleges választás a kézfertőtlenítés. Ez a módszer a láthatóan tiszta és száraz kezeken alkalmazható. A kutatások szerint a dörzsölés során 20-30 másodperc szükséges ahhoz, hogy a legtöbb mikroorganizmus elpusztuljon a kezeken.

Kézmosás

Akkor végezze, ha kezei emberi váladékkal szennyezettek (pl. széklet, vizelet), ha kezei nedvesek, vagy mikor az egyszer használatos kesztyű használatát követően nyirkosak. Legalább 20 másodpercig végezze kézmosást, hogy a legtöbb mikroorganizmust eltávolítsa a kezéről. A kézmosást az egészségügyi személyzet esetében mindig ki kell egészíteni kézfertőtlenítéssel.

Elővigyázatossági óvintézkedések

A gondozottak anogenitális higiéniaja, pelenkacseréje és WC-használatában való segítségnyújtása mind olyan ápolási feladat, amely a kezek és a munkaruházat széklettel és vizelettel való szennyeződésének kockázatával járnak.

Egyszer használatos kesztyűt és egyszer használatos kötényt csak az adott eljáráshoz kapcsolódóan használjon - és az eljárás befejezése után dobja ki őket.

Az eljárást egyszer használatos kesztyűben és egyszer használatos kötényben kezdje meg, és ezeket az ápolási feladat befejeztével azonnal vegye le.

A szennyezett egyszer használatos kesztyűt mindig ugyanolyan lehetséges mikroorganizmus átviteli forrásnak tekintse, mint a kesztyű nélküli szennyezett kezét.



Eszközhasználát

Az ápolási feladatok elvégzése előtt fontos az előkészítés. Az elővigyázatossági óvintézkedésekhez szükséges és az egyéb felszereléseket tiszta munkaterületen kell elhelyezni a gondozott közelében (pl. egy polcon vagy egy kezelőasztalon). A könnyen tisztítható terület használata minimalizálja a mikroorganizmusok átvitelét a gondozottra.

Sokféle mikroorganizmus képes túlélni a felületeken és anyagokon, különösen, ha azok nedvesek. Emiatt fontos, hogy tiszta eszközöket használjunk, amelyeket vagy a megfelelő módon mossunk el, vagy még nem használt egyszer használatos típusokat. A hulladékgyűjtő zsák és a szennyestartó zsák használata az ápolási feladat közelében biztos módja annak, hogy a használt elővigyázatossági felszerelésekből és a gondozottak szennyezett ruháiból és ágyneműiből származó mikroorganizmusokkal ne fertőződjön meg a környezet.

Anogenitális higiénia

A legtöbb húgyúti fertőzést a gondozott saját bélrendszeréből illetve az anogenitális bőrterületről származó baktériumok okozzák. Fontos, hogy az anogenitális higiénit a megfelelő módon és irányban végezzük, hogy ezek a baktériumok ne kerüljenek át a húgyutak érzékeny alsó szakaszába. Ez vonatkozik a nőkre és a férfiakra egyaránt.

Pelenkacsere

Az idősoththonokban sok idős gondozott szenved vizeletinkontinenciában, és emiatt pelenka használatra szorul. Köztudott, hogy a vizeletinkontinencia összefügg a húgyúti fertőzések kialakulásának fokozott kockázatával. Az is jól ismert, hogy a baktériumok szaporodása számára kedvező a meleg és a nedves környezet. Emiatt ajánlott a pelenkát a lehető leghamarabb lecserélni, miután a pelenka vizelettel nedves vagy széklettel szennyeződik - vagy legalább naponta háromszor.

A megfelelő méretű pelenka olyan nagy, amennyire szükséges, és olyan kicsi, amennyire csak lehetséges.

WC-látogatás (hólyagürítés)

A maradék vizelet az a vizeletmennyiség, amely vizelés után a hólyagban marad. Köztudott, hogy a maradék vizelet jelenléte összefügg a húgyúti fertőzések kialakulásának fokozott kockázatával, mivel a maradék vizeletben a baktériumok száma megnő. Az, ha a gondozott megfelelő módon és megfelelő ideig ül a WC-n, gyakran javítja a hólyag kiürítési képességet. Ezért fontos, hogy az egészségügyi személyzet hozzájáruljon a megfelelő hólyagürítés sikeréhez. Fontos, hogy a lábak érintkezzenek a padlóval pl. székelésnél. Személyes, nyugodt jelenléttel segítse, hogy a biztonságérzet és a hólyagürítéshez szükséges időigény a lehető legoptimálisabb legyen.

Hivatkozások

- World Health Organization. Infection prevention and control. Hand hygiene. Geneva: World Health Organization; 2020.
- Omlí R, Skotnes LH, Romild U, Bakke A, Mykletun A, Kuhry E. Pad per day usage, urinary incontinence, and urinary tract infections in nursing home residents. Age Ageing. September 2010;39(5):549–54.
- Chenoweth CE, Gould CV, Saint S. Diagnosis, management, and prevention of catheter-associated urinary tract infections. National Institutes of Health; 2013.

