

JAK ZAPOBIEGAĆ INFEKCIJOM DRÓG MOCZOWYCH U OSÓB STARSZYCH PRZEBYWAJĄCYCH W DOMACH OPIEKI?



Dowiedz się więcej:

- Higiena rąk
- Środki ochrony indywidualnej i inne wyposażenie/drobny sprzęt medyczny
- Higiena okolicy odbytu i moczowo-płciowej
- Zmiana pieluchomajtek
- Opróżnianie pęcherza
- Cewnik moczowy



**WYBÓR WŁAŚCIWEJ
DROGI ROBI RÓŻNICĘ**

**Czy masz „gwiazdorską” jakość działań w zakresie higieny zakażeń?
Przeczytaj tę ulotkę, aby sprawdzić, jakość działań wzrośnie**



Osoby starsze przebywające w domach opieki są poważnie narażone na infekcje dróg moczowych. Podejmując kilka prostych działań, można poprawić jakość higieny i pomóc w zapobieganiu infekcjom dróg moczowych. Niniejsza ulotka zawiera wskazówki dotyczące utrzymania lub poprawy podstawowych praktyk, które, jak udowodniono, zmniejszają ryzyko infekcji dróg moczowych u osób starszych przebywających w domach opieki.

Na tytułowych stronach znajdują się tematy przedstawione w skrócie. Na odwrocie znajduje się tekst wspierający zalecenia.

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, Reicher H, Hickner A, et al. Systematic review of interventions to reduce urinary tract infection in nursing home residents. *National Institutes of Health*; 2017.
3. Omlil R, Skotnes LH, Mykletun 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.



HIGIENA RĄK

CHROŃ MIESZKAŃCA PRZED
ZAKAŻENIEM DRÓG
MOCZOWYCH POPRZEC:

- DEZYNFEKCJĘ RĄK
- MYCIE RĄK



IMA  **INE**

Odwróć stronę, aby uzyskać więcej informacji 



PRZENIESIENIE BAKTERII Z RĄK DO UKŁADU MOCZOWEGO MOŻE SPOWODOWAĆ ZAKAŻENIE DRÓG MOCZOWYCH

DOBRA JAKOŚĆ HIGIENY RĄK WYMAGA DOBRZYCH WARUNKÓW:

Nienaruszona skóra, rękawy powyżej łokcia, czyste, krótkie paznokcie bez lakieru, ręce bez pierścionków i bez zegarka lub biżuterii to wymagania dotyczące optymalnej higieny rąk.

WŁAŚCIWY WYBÓR:

- W przypadku czystych i suchych rąk dezynfekcja rąk jest pierwszym wyborem.
- W przypadku widocznych brudnych lub mokrych rąk oraz po udzieleniu. mieszkańcowi pomocy w skorzystaniu z toalety zaleca się umycie rąk, a następnie ich dezynfekcję.

WŁAŚCIWY MOMENT:

- Higienę rąk należy przeprowadzić:
 - przed i po wszystkich zadaniach związanych z higieną okolicy odbytu i moczowo-płciowej, zmianą pieluchomajtek i obsługą założonego na stałe cewnika moczowego,
 - po użyciu rękawiczek jednorazowych.

IMA **GINE**

ŚRODKI OCHRONY INDYWIDUALNEJ I INNE WYPOSAŻENIE

CHROŃ MIESZKAŃCA PRZED
ZAKAŻENIEM DRÓG MOCZOWYCH,
STOSUJĄC:

CZYSSTE WYPOSAŻENIE, TAKIE JAK:

- MYJKI,
- RĘCZNIKI,
- UMYWALKA/MISKA DO MYCIA,
- POJEMNIK DO OPRÓŻNIANIA WORKA NA MOCZ Z ZAŁOŻONEGO NA STAŁE CEWNIKA.



Jednorazowe
rękawiczki



Jednorazowy
fartuch

IMA  **INE**

Odwróć stronę, aby uzyskać więcej informacji 



PRZENIESIENIE BAKTERII Z ODZIEŻY ROBOCZEJ I WYPOSAŻENIA DO UKŁADU MÓCZOWEGO MOŻE SPOWODOWAĆ ZAKAŻENIE DRÓG MOCZOWYCH

Środki ochrony indywidualnej i inne wyposażenie muszą być czyste i nie mogą być używane do innych zadań ani przez innych mieszkańców, aby zapobiec przenoszeniu mikroorganizmów.

W celu zapewnienia bezpiecznego przebiegu pracy, wszystkie środki ochrony indywidualnej i inne wyposażenie muszą być umieszczone na czystej powierzchni przed przystąpieniem do: zmiany pieluchomajtek, wykonywania higieny okolicy odbytu i moczowo-płciowej oraz obsługi założonego na stałe cewnika.



Jednorazowe rękawiczki muszą być zmieniane przy przechodzeniu od brudnego do czystego zadania.

Jednorazowe rękawiczki i jednorazowe fartuchy muszą być wyrzucane po każdym użyciu.

IMAGINE

HIGIENA OKOLICY ODBYTU I MOCZOWO-PŁCIOWEJ



PAMIĘTAJ O HIGIENIE RĄK BEZPOŚREDNIO PRZED
I PO HIGIENIE OKOLICY ODBYTU I MOCZOWO-PŁCIOWEJ.

WYKONUJ HIGIENĘ OKOLICY ODBYTU
I MOCZOWO-PŁCIOWEJ CODZIENNIE
I PRZY ZMIANIE PIELUCHOMAJTEK.

Kobieta

Wykonuj higienę okolicy
odbytu i moczowo-płciowej
w kierunku od ujścia cewki
moczowej - od wewnątrz na
zewnątrz.

Mężczyzna

Ostrożnie odciągnij napletek.
Umyj żołądź prącia w kierunku
od ujścia cewki moczowej - od
wewnątrz na zewnątrz.
Ostrożnie przyciągnij napletek
na miejsce.

Założony na stałe cewnik moczowy

Umyj dren od cewnika
w kierunku od ujścia cewki
moczowej - od wewnątrz na
zewnątrz.

IMA  **INE**

Odwróć stronę, aby uzyskać więcej informacji 





Ważne jest, aby myć ujście cewki moczowej w kierunku od ujścia cewki moczowej - od wewnątrz na zewnątrz. Ujście cewki moczowej jest miejscem wejścia bakterii, które mogą łatwo przedostać się przez drogi moczowe i prowadzić do zakażenia układu moczowego.

Ważne jest również, aby wykonywać higienę okolicy odbytu i moczowo-płciowej codziennie i przy zmianie pieluchomajtek, ponieważ mokre i/lub zanieczyszczone kątem pieluchomajtki stanowią dobre środowisko do namnażania się bakterii.



IMAGINE



ZMIANA PIELUCHOMAJTEK



PAMIĘTAJ O HIGIENIE RĄK BEZPOŚREDNIO PRZED I PO HIGIENIE OKOLICY ODBYTU I MOCZOWO-PŁCIOWEJ.

PIELUCHOMAJTKI NALEŻY ZMIENIAĆ CO NAJMNIEJ 3 RAZY DZIENNIE. STARAJ SIĘ ZMIENIAĆ PIELUCHOMAJTKI JAK NAJSZYBCIEJ PO ODDANIU MOCZU.

OBSERWUJ, O JAKICH PORACH DNIA PIELUCHOMAJTKI STAJĄ SIĘ MOKRE, ABY USTALIĆ NAJLEPSZE MOMENTY NA WIZYTY W TOALECIE JAKO ALTERNATYWĘ DLA KORZYSTANIA Z PIELUCHOMAJTEK – JEŚLI TO MOŻLIWE.



- UTRZYMUJ OKOLICĘ ODBYTU I MOCZOWO-PŁCIOWĄ W CZYSTOŚCI.
- WYBIERZ ODPOWIEDNI ROZMIAR PIELUCHOMAJTEK.

IMAGINE



Odwróć stronę, aby uzyskać więcej informacji



Wielu starszych mieszkańców domów
opieki cierpi na nietrzymanie moczu
i korzysta z pieluchomajtek.

Bakterie przeniesione z mokrych lub
zanieczyszczonych kałem pieluchomajtek
na skórę mogą się przedostać do dróg
moczowych i spowodować zakażenie
układu moczowego.

Odpowiedni rozmiar pieluchomajtek to
taki, który jest w stanie wchłonąć
oczekiwaną ilość moczu do następnej
zmiany.



IMA  **INE**



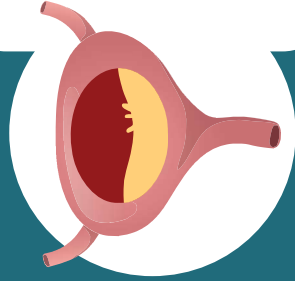
OPRÓŻNIANIE PĘCZERZA



PAMIĘTAJ O HIGIENIE RĄK BEZPOŚREDNIO PRZED I PO UDZIELENIU MIESZKAŃCOWI POMOCY W SKORZYSTANIU Z TOALETY.

NALEŻY DAŻYĆ DO TEGO, ABY MIESZKANIEC KORZYSTAŁ Z TOALETY CO NAJMNIJ 3 RAZY DZIENNIE (JEŚLI TO MOŻLIWE, W ZALEŻNOŚCI OD STANU FIZYCZNEGO I PSYCHICZNEGO MIESZKAŃCA).

- Należy poświęcić wystarczająco dużo czasu i zapewnić dobrą pozycję siedzącą do opróżnienia pęcherza.
- Rozważ opcję potrójnego opróżniania pęcherza – jeśli to możliwe.
- Rozważ potrzebę wykonania badania ultrasonograficznego pęcherza – jeśli to możliwe.



IMAGINE

Odwróć stronę, aby uzyskać więcej informacji



Objętość moczu zalegającego po oddaniu moczu jest związana np. z podszłym wiekiem, nietrzymaniem moczu, ograniczoną mobilnością i zaparciami. Zalegający w pęcherzu mocz stanowi dobre podłoże do rozwoju bakterii.

Zapewnienie osobom odpowiedniego czasu oraz poczucia bezpieczeństwa podczas opróżniania pęcherza może zapobiec powstawaniu zalegającego moczu.

Potrójne oddawanie moczu oznacza, że mieszkaniac próbują opróżnić pęcherz trzy razy z rzędu zamiast tylko raz. Może to przyczynić się do jeszcze większego opróżnienia pęcherza.



IMAGINE



ZAKŁADANIE I UTRZYMYWANIE CEWNIKA MOCZOWEGO W CZYSTOŚCI



**PRZEPROWADZENIE HIGIENY RĄK BEZPOŚREDNIO PRZED
I PO ZAŁOŻENIU CEWNIKA ORAZ BEZPOŚREDNIO PRZED
I PO KAŻDYM KONTAKCIE Z CEWNIKIEM.**

- Cewnik moczowy mogą zakładać wyłącznie przeszkoleni pracownicy opieki zdrowotnej.
- Podczas zakładania cewnika przestrzegaj zasad aseptyki.
- Codziennie oceniaj stan pacjenta pod kątem jego bólu lub dyskomfortu.
- Codziennie myj ujście cewki moczowej i sprawdzaj, czy nie występuje zaczerwienienie lub podrażnienie.
- Sprawdź cewnik w miejscu, gdzie wchodzi do ujścia cewki moczowej, pod kątem obecności zanieczyszczeń oraz wycieku.
- Usuń cewnik, gdy nie jest już potrzebny.

IMA  **INE**

Odwróć stronę, aby uzyskać więcej informacji



Podczas zakładania cewnika moczowego ważna jest technika aseptyki.

Przeprowadź higienę okolicy odbytu i moczowo-płciowej, wyrzuć rękawiczki i przeprowadź higienę rąk przed wprowadzeniem cewnika. Przygotuj sterylne pole z użyciem sterylnych rękawiczek, serwet i gąbek oraz sterylny cewnik. Nie dotykaj elementów w sterylnym polu niesterylnymi rękami lub niesterylnym sprzętem.

Uważaj aby nie skazić cewnika i aby jego końcówka nie dotykała genitaliów przed wprowadzeniem do cewki moczowej.

Jeśli cewnik został przypadkowo zanieczyszczony, należy go wyrzucić i zaopatrzyć się w nowy sterylny cewnik.

Nawet przy dobrej higienie, posiadanie cewnika moczowego zwiększa ryzyko zakażenia dróg moczowych. Dlatego cewniki moczowe powinny być używane tylko wtedy, gdy jest to konieczne z medycznego punktu widzenia i powinny być usuwane natychmiast gdy nie są już potrzebne.

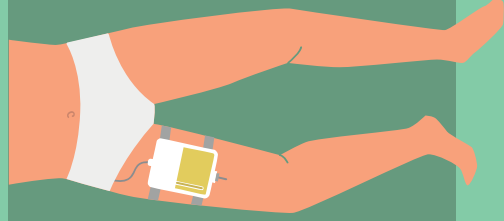


IMAGINE



OBSŁUGA WORKA NA MOCZ

PAMIĘTAJ O HIGIENIE RĄK BEZPOŚREDNIO PRZED I PO OPRÓŻNIENIU WORKA NA MOCZ.

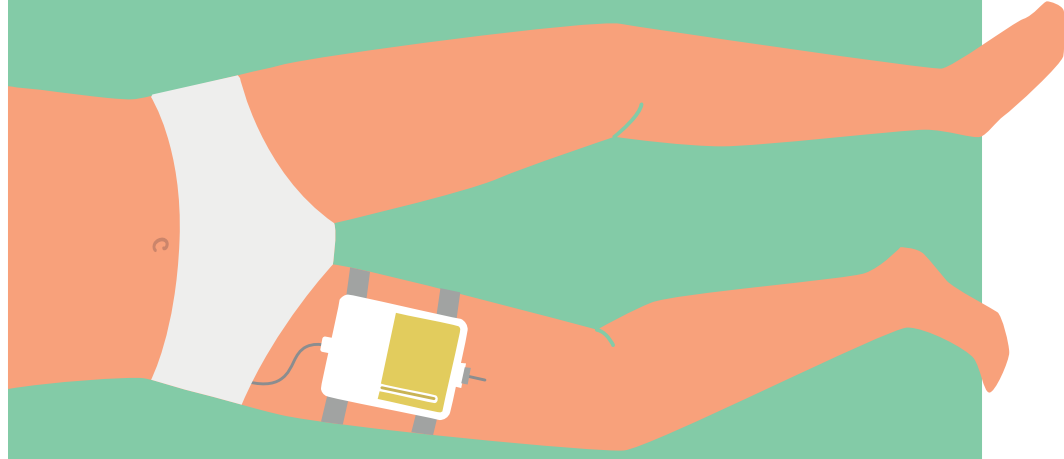


- Umieść worek na mocz poniżej lub na poziomie pęcherza moczowego.
- Unikaj zanieczyszczenia worka na mocz poprzez jego kontakt z podłogą.
- Zamocuj dren worka na mocz w odpowiedni sposób, aby uniknąć zagięć, naciągnięć i ucisku na worek i dren.
- Podczas wymiany worka należy używać nowego, nieużywanego worka na mocz.

IMAGINE

Odwróć stronę, aby uzyskać więcej informacji





Ważne jest, aby zapewnić, że odpływ nie powoduje cofania moczu. Można tego uniknąć, umieszczając worek na mocz poniżej lub na poziomie pęcherza moczowego.

Jedną z prostych zasad jest to, że worek na mocz nie może dotykać podłogi, ponieważ bakterie z podłogi mogą zostać przeniesione przez worek na mocz do dróg moczowych.

Dren worka na mocz musi być prawidłowo zamocowany, aby uniknąć zagięć, naciągnięć i ucisku, ponieważ może to spowodować pojawienie się małych zmian w drogach moczowych, zwiększając ryzyko infekcji dróg moczowych.

Podczas wymiany worka na mocz połączenie łatwo ulega zanieczyszczeniu i może spowodować zakażenie dróg moczowych. Można tego uniknąć, używając nowego, nieużywanego worka na mocz podczas jego wymiany.



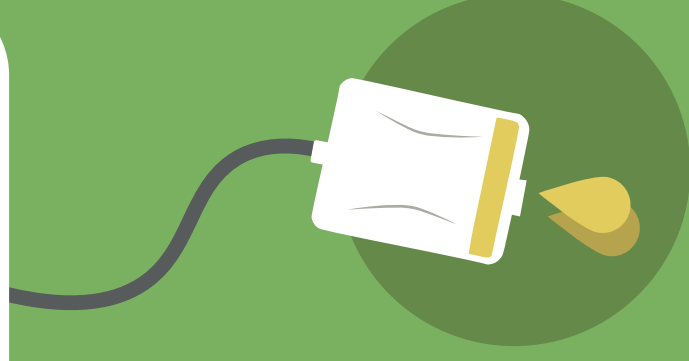
IMAGINE

OPRÓŻNIANIE WORKA NA MOCZ

PAMIĘTAJ O HIGIENIE RĄK BEZPOŚREDNIO PRZED I PO OPRÓŻNIENIU WORKA NA MOCZ.

NALEŻY PAMIĘTAĆ O NOSZENIU CZYSTYCH JEDNORAZOWYCH RĘKAWICZEK I CZYSTEGO FARTUCHA JEDNORAZOWEGO UŻYTKU.

- Opróżnij worek na mocz, gdy jest zapętniony maksymalnie w $\frac{3}{4}$.
- Należy używać czystego pojemnika.
- Po opróżnieniu worka na mocz należy wytrzeć zawór czystym ręcznikiem papierowym lub podobnym materiałem.



IMAGINE

Odwróć stronę, aby uzyskać więcej informacji



Należy pamiętać o opróżnianiu worka na mocz, gdy jest on maksymalnie w $\frac{3}{4}$ pełny, aby zapobiec zastojowi w drenie i cofaniu się moczu.

Korzystanie z czystego pojemnika na mocz, zapobiega zanieczyszczeniu końcówki cewnika.

Krople moczu zawierają bakterie. Usunięcie ich przyczynia się do zmniejszenia ryzyka przeniesienia zakażenia.



IMAGINE

