

# KAKO PREPREČITI OKUŽBE SEČIL PRI STAROSTNIKI V DOMOVIH ZA STAREJŠE OBČANE

**IMAGINE**

## Poučite se o:

- Higieni rok
- Zaščitni in drugi opremi
- Anogenitalni higieni
- Menjavanju plenice
- Izpraznitvi mehurja
- Urinskem katetru

**PRAVILEN NAČIN  
NAREDI RAZLIKO**

**Vas odlikuje kakovost higienskih postopkov?  
Preberite ta letak in preverite, ali se bo kakovost vaših  
higienskih postopkov še povečala**

Starostniki v domovih za starejše občane so izpostavljeni resnemu tveganju za okužbo sečil. Z nekaj preprostimi ukrepi lahko izboljšate kakovost higijene okužb in pomagate preprečiti okužbe sečil. Ta zgibanka vas bo vodila pri ohranjanju ali izboljšanju osnovnih praks, ki dokazano zmanjšujejo tveganje za okužbe sečil pri starostnikih v domovih za starejše občane.

**Na prvih straneh so kratke predstavitve obravnavanih tem. Na zadnjih straneh je besedilo, ki podpira priporočila.**

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. Omli 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.



# HIGIENA ROK

ZAŠČITITE STANOVALCE PRED  
OKUŽBO SEČIL Z IZVAJANJEM:

- RAZKUŽEVANJA ROK
- UMIVANJA ROK



**IMA**  **INE**

Za dodatne informacije obrnite stran 

# PRENOS BAKTERIJ Z ROK NA SEČILA LAHKO POVZROČI OKUŽBO SEČIL

## ZA KAKOVOSTNO HIGIENO ROK SO POTREBNI DOBRI POGOJI:

Za optimalno higieno rok so potrebni nepoškodovana koža, rokavi nad komolcem, čisti, kratki nohti brez laka za nohte, prsti brez nakita in podlakti brez zapestne ure ali nakita.

## PRAVA IZBIRA:

- Na čistih in suhih rokah je razkuževanje rok prva izbira.
- Ob vidno nečistih ali mokrih rokah in po pomoči stanovalcu pri obisku stranišča je roke priporočljivo umiti in jih nato razkužiti.

## PRAVI TRENUTEK:

- Higieno rok je potrebno izvesti:
  - Pred in po vseh opraviilih, povezanih z anogenitalno higieno, menjavo plen in rokovanjem s stalnim urinskim katetrom.
  - Po uporabi rokavic za enkratno uporabo.

**IMA** **INE**

# ZAŠČITNA OPREMA IN MATERIAL

ZAŠČITITE STANOVALCA PRED OKUŽBO  
SEČIL Z UPORABO:



Rokavic  
za enkratno  
uporabo



Predpasnika  
za enkratno  
uporabo

ČISTE OPREME IN MATERIALA, NPR:

- KRPE ZA UMIVANJE
- BRISAČE
- UMIVALNIK
- POSODA ZA PRAZNJENJE URINSKE VREČKE STALNEGA KATETRA

**IMAGINE**

Za dodatne informacije obrnite stran



## PRENOS BAKTERIJ Z DELOVNE OBLEKE IN OPREME NA SEČILA LAHKO POVZROČI OKUŽBO SEČIL.

Zaščitna in druga oprema morajo biti čisti in niso smeli biti uporabljeni za druga opravila ali druge stanovalce, da se prepreči prenos mikroorganizmov.

Za varen potek dela je treba pred menjavo plenic, izvajanjem anogenitalne higijene in rokovanjem s stalnim urinskim katetrom na čistem prostoru pripraviti vso zaščitno in drugo potrebno opremo



**Rokavice za enkratno uporabo je potrebno zamenjati, ko preidete z nečistih na čista opravila.**

**Rokavice za enkratno uporabo in predpasnike za enkratno uporabo je potrebno zavreči po vsaki uporabi.**

**IMAGINE**

# ANOGENITALNA HIGIENA



NE POZABITE NA HIGIENO ROK NEPOSREDNO  
PRED IN PO ANOGENITALNI HIGIENI.

ANOGENITALNO HIGIENO IZVAJAJTE  
VSAK DAN IN OB VSAKI MENJAVI PLENICE



## Ženske

izvajajte anogenitalno higieno v  
smeri od odprtine sečnice - od  
znotraj navzven



## Moški

Previdno povlecite kožico glavnice  
penisa nazaj.  
Glavnico penisa umijte v smeri od  
odprtine sečnice - od znotraj  
navzven  
Previdno povlecite kožico glavnice  
penisa nazaj na svoje mesto

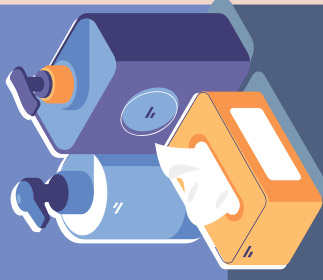
## Trajni urinski kateter

Urinsko cev umivajte v smeri od  
odprtine sečnice - od znotraj  
navzven

**IMAGINE**

Za dodatne informacije obrnite stran





Pomembno je, da odprtino sečnice umivate v smeri od odprtine sečnice - od znotraj navzven. Odprtina sečnice je vstopno mesto za bakterije, ki se zlahka prenašajo po sečilih in lahko povzročijo okužbo sečil.

Pomembno je tudi, da anogenitalno higieno izvajate vsak dan in ob vsaki menjavi plenice, saj mokra in/ali z iztrebki onesnažena plenica predstavlja dobro okolje za razmnoževanje bakterij.

**IMAGINE**



# MENJAVA PLENICE

NE POZABITE NA HIGIENO ROK NEPOSREDNO PRED IN PO ANOGENITALNI HIGIENI.

PLENICO ZAMENJAJTE NAJMANJ 3-KRAT NA DAN. PRIZADEVAJTE SI ZAMENJATI PLENICO ČIMPREJ PO URINIRANJU.

SČASOMA RAZIŠČITE, V KATEREM DELU DNEVA SE PLENICA ZMOČI. ČE JE TO MOGOČE TAKRAT POMAGAJTE PRI OBISKU STRANIŠČA KOT ALTERNATIVI UPORABE PLENIC ZA URINIRANJE.



- ANOGENITALNO PODROČJE OHRANJAJTE ČISTO.
- IZBERITE PRAVO VELIKOST PLENIC.



**IMAGINE**

Za dodatne informacije obrnite stran





Veliko starejših stanovalcev v domovih za starejše občane trpi zaradi urinske inkontinence in uporablja plenice.

Bakterije, ki se prenesejo z mokrega ali z blatom onesnaženega vložka na kožo, se lahko prenesejo na sečila in povzročijo okužbo sečil.

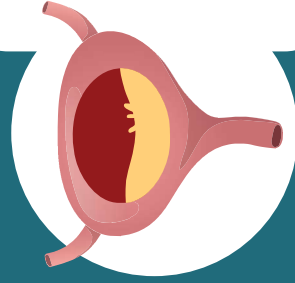
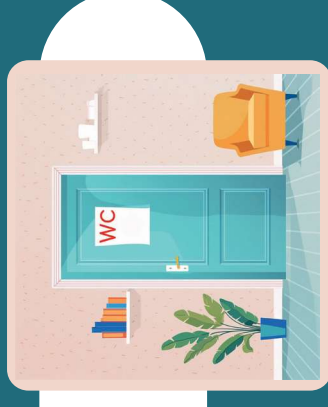
Prava velikost plenice je, če lahko plenica absorbira količino urina, ki se pričakuje do naslednjega preoblačenja.

**IMAGINE**

# IZPRAZNITEV MEHURJA

NE POZABITE NA HIGIENO ROK NEPOSREDNO PRED IN PO POMOČI PRI OBISKU STRANIŠČA.

PRIZADEVAJTE SI, DA STANOVALEC OBIŠČE STRANIŠČE VSAJ TRIKRAT NA DAN (ČE JE TO MOGOČE GLEDE NA NJEGOVO FIZIČNO IN PSIHIČNO STANJE).



- Zagotovite stanovalcu dovolj časa in poskrbite za dober sedeči položaj za uriniranje.
- Če je mogoče, razmislite o možnosti trojnega praznjenja.
- Razmislite ali je potreben pregled mehurja, če je to mogoče.

**IMAGINE**

Za dodatne informacije obrnite stran



Rezidualni volumen po uriniranju je povečan npr. z visoko starostjo, inkontinenco, zmanjšano gibljivostjo in zaprtjem. Urin, ki ostane v mehurju, je dobro gojišče za rast bakterij.

Zavedanje o potrebnem času za obisk stranišča in pomoč osebam, da se pri praznjenju mehurja počutijo varne, lahko prepreči zaostanek urina v mehurju.

Trojno praznjenje pomeni, da poskušate izprazniti mehur trikrat zapored, ne le enkrat. To lahko prispeva k temu, da je mehur še bolj prazen



IMAGINE

# VSTAVLJANJE IN VZDRŽEVANJE URINSKEGA KATETRA



**IZVAJATI HIGIENO ROK NEPOSREDNO PRED IN PO  
VSTAVITVI KATETRA TER NEPOSREDNO PRED IN PO  
VSAKEM MANIPULIRANJU S KATETROM.**

- Urinski kateter lahko vstavijo le usposobljeni zdravstveni delavci.
- Pri vstavljanju katetra zagotovite aseptično tehniko.
- Vsak dan ocenite, ali ima stanovalec bolečine ali nelagodje.
- Vsak dan očistite odprtino sečnice in preverite prisotnost rdečine in draženja.
- Preglejte kateter na mestu, kjer vstopa v odprtino sečnice, če so prisotne obloge ali izcedek.
- Odstranite kateter, ko ni več potreben.

**IMAGINE**

Za dodatne informacije obrnite stran





Pri vstavljanju urinskega katetra je pomembna aseptična tehnika.

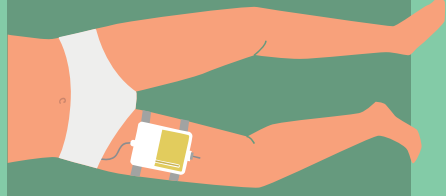
Pred vstavitvijo opravite anogenitalno higieno, zavrzite rokavice in opravite higieno rok. Pripravite sterilno polje s sterilnimi rokavicami, s kirurškimi pregrinjali in gobicami in sterilnim kateetrom. Ne dotikajte se predmetov v sterilnem polju z nesterilnimi rokami ali nesterilno opremo.

Poskrbite, da katetra ne onesnažite in da se konica katetra ne dotika genitalij, preden se uvede v sečnico. Če se kateter po nesreči kontaminira, ga zavrzite in priskrbite nov sterilni kateter.

Urinski kateter tudi ob dobri higieni povečuje tveganje za okužbo sečil. Zato je potrebno urinske katetre uporabljati le, kadar je to nujno iz zdravstvenih razlogov in jih odstraniti takoj, ko niso več potrebni

# RAVNANJE Z VREČKO URINSKEGA KATETRA

**NE POZABITE NA HIGIENO ROK NEPOSREDNO PRED  
IN PO IZPRAZNITVI URINSKE VREČKE.**

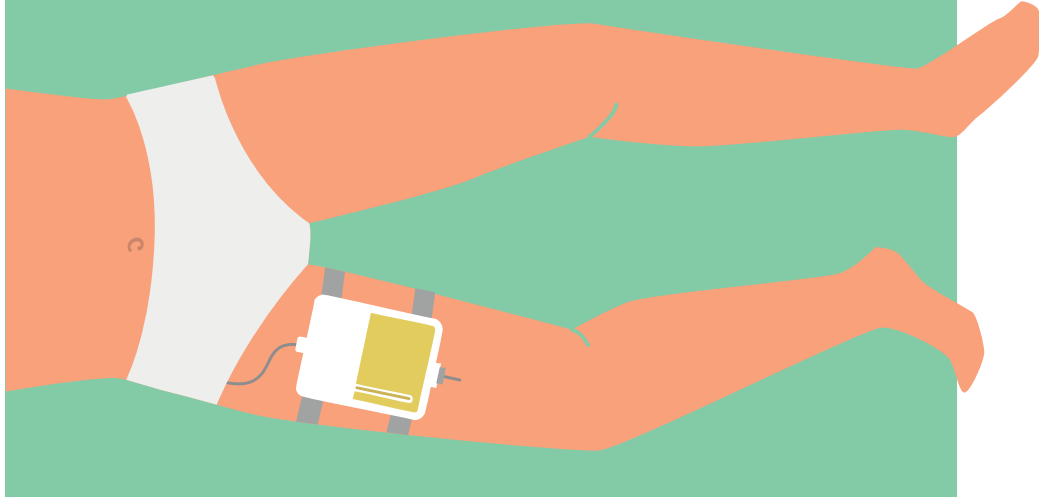


- Urinsko vrečko namestite pod ali na nivo mehurja.
- Izogibajte se stiku urinske vrečke s tlemi.
- Pravilno pritrdite cev urinske vrečke, da se izognete zvijanju, vlečenju in pritiskom na urinsko vrečko in cev.
- Pri menjavi urinske vrečke uporabite novo, še neuporabljeno urinsko vrečko.

**IMAGINE**

Za dodatne informacije obrnite stran





Pomembno je zagotoviti, da ob iztekanju urina ne pride do povratnega toka. Temu se lahko izognemo, če je urinska vrečka nameščena pod ali na ravni mehurja.

Preprosto pravilo je, da se urinska vrečka ne sme dotikati tal, saj se lahko bakterije s tal preko urinske vrečke prenesejo v sečila.

Cev urinske vrečke mora biti pravilno pritrijena, da se preprečijo pregibanje, vlečenje in pritiski na cev, saj lahko to povzroči nastanek drobnih poškodb v sečilih, kar poveča tveganje za okužbo sečil.

Pri menjavi urinske vrečke se priključek zlahka onesnaži in lahko povzroči okužbo sečil. Temu se lahko izognete tako, da pri menjavi urinske vrečke uporabite novo, še neuporabljeno vrečko.

**IMAGINE**



# IZPRAZNITEV VREČKE URINSKEGA KATETRA

**NE POZABITE NA HIGIENO ROK NEPOSREDNO PRED  
IN PO IZPRAZNITVI URINSKE VREČKE.**

**NE POZABITE NOSITI ČISTIH ROKAVIC ZA ENKRATNO  
UPORABO IN ČISTEGA PREDPASNIKA ZA ENKRATNO UPORABO.**

- Izpraznite urinsko vrečko, ko je polna največ do  $\frac{3}{4}$ .
- Uporabite čisto posodo.
- Po izpraznitvi urinske vrečke obrišite izliv s čisto papirnato brisačo ali podobnim pripomočkom.



**IMAGINE**

Za dodatne informacije obrnite stran



Bodite pozorni, da urinsko vrečko izpraznite, ko je polna največ do  $\frac{3}{4}$ , da preprečite zastoj v cevi in povratni tok urina.

Z uporabo čiste posode za izliv urina, kot je račka ali posoda za urin, preprečimo kontaminacijo konice katetra.

Kapljice urina vsebujejo bakterije. Z odstranitvijo kapljic urina pripomorete k zmanjšanju tveganja prenosa.



**IMAGINE**