



Program wprowadzający dotyczący zapobiegania zakażeniom dróg moczowych u mieszkańców domów opieki.

Związany z higieną okolicy odbytu i moczowo-płciowej, zmianą pieluchomajtek i wizytą w toalecie.

Pracownik:

Przełożony:

Zakażenie układu moczowego u starszych osób w domach opieki jest częstą infekcją, której w wielu przypadkach można zapobiec.

Opieka nad starszymi osobami w domach opieki często obejmuje zadania związane z higieną okolicy odbytu i moczowo-płciowej, zmianą pieluchomajtek i pomocą przy korzystaniu z toalety. Takie zadania często wykonują niewykwalifikowani pracownicy opieki zdrowotnej. Aby przyczynić się do zapobiegania zakażeniom dróg moczowych, potrzebna jest wiedza, szkolenie i umiejętności.

Ten program został opracowany jako pomoc zarówno dla osoby wprowadzającej do zadań, jak i dla osoby, która jest wprowadzana do nowych obowiązków.

Na stronie 1 znajduje się lista ogólnych warunków, które muszą zostać spełnione, aby prawidłowo wykonywać zadania opiekuńcze w celu zapobiegania zakażeniom dróg moczowych.

Na stronie 2 znajdują się instrukcje dotyczące higieny okolicy odbytu i moczowo-płciowej, zmiany pieluchomajtek oraz pomocy przy korzystaniu z toalety.

Na stronach 1 i 2 można zaznaczyć, kiedy nastąpiło przekazanie wiedzy i kiedy poprawnie wykonano zadania.

Na stronach 3 i 4 znajdują się materiały dodatkowe do dalszego wyjaśnienia każdego tematu.

Higiena rąk: dezynfekcja i mycie rąk Należy wykonać bezpośrednio przed i po wszystkich czynnościach pielęgnacyjnych związanych z higieną okolicy odbytu i moczowo-płciowej, zmianą pieluchomajtek, pomocą podczas wizyty w toalecie oraz po użyciu rękawiczek jednorazowych. Może to być dezynfekcja lub mycie rąk.	Przekazano wiedzę Data i podpis	Sprawdzono wiedzę Data i podpis
Warunki bezpiecznej higieny rąk		
a. Krótkie paznokcie, bez lakieru i sztucznych paznokci. b. Dłonie i nadgarstki pozbawione biżuterii (w tym obrączki), zegarka i bandaży. c. Rękawy krótkie (powyżej łokcia).		
Dezynfekcja rąk		
a. Wykonać, gdy ręce są czyste i suche. b. Należy użyć wystarczającej ilości preparatu na bazie alkoholu, aby utrzymać ręce wilgotne przez 20-30 sekund podczas pocierania. c. Dla personelu medycznego jako uzupełnienie po myciu rąk.		
Mycie rąk		
a. Wykonać, gdy ręce są zanieczyszczone materiałem ludzkim (np. kałem, moczem) lub gdy są mokre i wilgotne po użyciu jednorazowych rękawiczek. b. Dla personelu medycznego jako uzupełnienie przed dezynfekcją rąk.		
Środki ochrony indywidualnej	Przekazano wiedzę Data i podpis	Sprawdzono wiedzę Data i podpis
a. Nosić jednorazowe rękawiczki i jednorazowy fartuch podczas czynności związanych z higieną okolicy odbytu i moczowo-płciowej oraz podczas zmiany pieluchomajtek.		
Wyposażenie	Przekazano wiedzę Data i podpis	Sprawdzono wiedzę Data i podpis
a. Korzystać z czystego miejsca pracy. b. Używać czystego wyposażenia, takiego jak myjki/jednorazowe szmatki, ręczniki, umywalka/miska do mycia, pojemnik do opróżniania worka na mocz z założonego na stałe cewnika, mydło do higieny intymnej, worek na odpady, worek na pranie.		



Higiena okolicy odbytu i moczowo-płciowej Wykonuj czynności związane z higieną okolicy odbytu i moczowo-płciowej minimum raz dziennie	Przekazano wiedzę Data i podpis	Sprawdzono wiedzę Data i podpis
<ul style="list-style-type: none"> • Kobieta: <ul style="list-style-type: none"> » Myj w kierunku od ujścia cewki moczowej – od wewnątrz na zewnątrz. Używaj nowej myjki do każdego mycia. Słucz mydło. » Umyj pozostałe okolice. Myj w kierunku odbytu. Używaj nowej myjki do każdego mycia. Słucz mydło. » Dokładnie osusz skórę. 		
<ul style="list-style-type: none"> • Mężczyzna: <ul style="list-style-type: none"> » Ostrożnie odciągnij napletek. » Umyj żołądź prącia w kierunku od ujścia cewki moczowej - od wewnątrz na zewnątrz. Używaj nowej myjki do każdego mycia. Słucz mydło. » Umyj pozostałą część penisa i mosznę. Myj w kierunku odbytu. Używaj nowej myjki do każdego mycia. Słucz mydło. » Ostrożnie przyciągnij napletek na miejsce. » Dokładnie osusz skórę. 		
Zmiana pieluchomajtek	Przekazano wiedzę Data i podpis	Sprawdzono wiedzę Data i podpis
<ul style="list-style-type: none"> • Zmieniaj minimum 3 razy dziennie. • Staraj się zmieniać pieluchomajtki jak najszybciej po oddaniu moczu. • Słucz skórę w okolicy pieluchomajtek. • Wybierz odpowiedni rozmiar pieluchomajtek. 		
Wizyta w toalecie (opróżnianie pęcherza)	Przekazano wiedzę Data i podpis	Sprawdzono wiedzę Data i podpis
<ul style="list-style-type: none"> • Staraj się skłonić mieszkańca do korzystania z toalety (gdy to możliwe, zgodnie z jego stanem fizycznym i psychicznym). <p>Pomoc w:</p> <ul style="list-style-type: none"> » zapewnieniu dobrej pozycji siedzącej do opróżniania pęcherza, » zapewnieniu odpowiedniego czasu oraz poczucia bezpieczeństwa. 		

IMA  INE





INFORMACJE OGÓLNE

Higiena rąk (dezynfekcja rąk lub mycie rąk, po którym następuje dezynfekcja) jest podstawą skutecznej profilaktyki zakażeń. Dlatego ważne jest, aby wykonywać higienę rąk we właściwy sposób i we właściwym momencie w celu zapobiegania infekcjom dróg moczowych.

Warunki bezpiecznej higieny rąk

Biżuteria, sztuczne paznokcie, lakier do paznokci i długie rękawy stwarzają złe warunki dla skutecznej higieny rąk, ponieważ przedmioty te są rezerwuarem mikroorganizmów. Po zakończeniu higieny rąk, mikroorganizmy z tych przedmiotów pozostaną i mogą być przenoszone między osobami.

Dezynfekcja rąk

Higiena rąk musi być wykonywana bezpośrednio przed i po wszystkich czynnościach pielęgnacyjnych związanych z higieną okolicy odbytu i moczowo-płciowej, zmianą pieluchomajtek, pomocą podczas wizyty w toalecie.

W większości przypadków pierwszym wyborem w zakresie higieny rąk jest ich dezynfekcja. Metoda ta może być stosowana w przypadku czystych i suchych rąk. Badania wykazały, że wystarczy 20-30 sekund pocierania aby zabić większość mikroorganizmów na dłoniach.

Mycie rąk

Należy myć ręce, gdy zostały zanieczyszczone materiałem pochodzenia ludzkiego (np. kałem, moczem), gdy są mokre lub wilgotne po użyciu jednorazowych rękawiczek. Myj ręce przez co najmniej 20 sekund, aby usunąć większość mikroorganizmów znajdujących się na rękach.

Mycie rąk musi być zawsze uzupełnione dezynfekcją rąk.

Środki ochrony indywidualnej

Pomoc mieszkańcowi w utrzymaniu higieny okolicy odbytu i moczowo-płciowej, zmiana pieluchomajtek i pomoc podczas wizyt w toalecie to zadania związane z ryzykiem zanieczyszczenia rąk i odzieży roboczej kałem i moczem.

Używaj jednorazowych rękawiczek i jednorazowego fartucha tylko w związku z konkretną procedurą i wyrzuć je po zakończeniu tej procedury.

Rozpocznij procedurę od założenia jednorazowych rękawiczek i jednorazowego fartucha i zdejmij je natychmiast po zakończeniu czynności pielęgnacyjnych.

Budne jednorazowe rękawiczki należy zawsze traktować jako źródło przenoszenia mikroorganizmów, podobnie jak brudne ręce bez rękawiczek.



Wypożażenie

Przed wykonaniem zadań pielęgnacyjnych ważne jest odpowiednie przygotowanie. Środki ochrony indywidualnej oraz inne wyposażenie należy umieścić na czystej powierzchni w pobliżu mieszkańca (np. na półce lub stole zabiegowym). Korzystanie z powierzchni łatwej do czyszczenia, minimalizuje przenoszenie mikroorganizmów na mieszkańca.

Wiele rodzajów mikroorganizmów może przetrwać na powierzchniach i materiałach, zwłaszcza gdy są one wilgotne. Z tego powodu ważne jest, aby używać czystych środków, które są myte we właściwy sposób lub korzystanie ze środków jednorazowego użytku. Korzystanie z worków na odpady i worków na pranie w pobliżu miejsca sprawowania opieki, to pewny sposób na zapobieganie zanieczyszczeniu otoczenia mikroorganizmami pochodzącymi z brudnego wyposażenia oraz brudnej odzieży i pościeli mieszkańca.

Higiena okolicy odbytu i moczowo-płciowej

Większość infekcji dróg moczowych jest wywołana przez bakterie pochodzące z własnego jelita lub ze skóry okolicy odbytu i moczowo-płciowej. Ważne jest, aby wykonywać higienę okolicy odbytu i moczowo-płciowej we właściwy sposób i we właściwym kierunku, aby uniknąć przeniesienia tych bakterii do wrażliwej dolnej części układu moczowego. Dotyczy to zarówno kobiet, jak i mężczyzn.

Zmiana pieluchomajtek

Wiele starszych osób przebywających w domach opieki cierpi na nietrzymanie moczu i z tego powodu korzysta z pieluchomajtek. Powszechnie wiadomo, że nietrzymanie moczu wiąże się ze zwiększonym ryzykiem rozwoju infekcji dróg moczowych. Wiadomo również, że liczba bakterii wzrasta, gdy znajdują się w ciepłym i wilgotnym środowisku. Z tego powodu zaleca się zmianę pieluchomajtek tak szybko, jak to możliwe po ich zmoczeniu lub zanieczyszczeniu kałem lub co najmniej 3 razy dziennie.

Odpowiedni rozmiar pieluchomajtek to taki duży, jak to konieczne i tak mały, jak to możliwe.

Wizyta w toalecie (opróżnianie pęcherza)

Zalegający mocz to taki, który pozostaje w pęcherzu po oddaniu moczu. Powszechnie wiadomo, że zalegający mocz wiąże się ze zwiększonym ryzykiem rozwoju infekcji dróg moczowych, ponieważ zalegający mocz powoduje wzrost liczby bakterii. Sposób i czas siedzenia na toalecie często ma wpływ na poprawę zdolności do opróżniania pęcherza. Dlatego ważne jest, aby personel domu opieki przyczynił się do tego sukcesu. Należy zapewnić kontakt nóg z podłogą, np. za pomocą stołka. Zapewnij spokojną obecność, aby zoptymalizować poczucie bezpieczeństwa i zapewnij odpowiednią ilość czasu na opróżnienie pęcherza.

Piśmiennictwo

- World Health Organization. Infection prevention and control. Hand hygiene. Geneva: World Health Organization; 2020.
- Omli 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.