

Globos įstaigų gyventojų šlapimo takų infekcijų prevencijos įvadinė programa.

Tarpvietės higiena, sauskelnių keitimas ir apsilankymas tualete.

Štažuotojas:

Supervisorius:

Šlapimo takų infekcija vyresnio amžiaus žmonėms slaugos namuose yra dažna infekcija, kurios daugeliu atvejų galima išvengti.

Senyvo amžiaus žmonių priežiūra slaugos namuose dažnai apima priežiūros užduotis, susijusias su tarpvietės organų higiena, sauskelnių keitimu ir pagalba lankantis tualete. Norint pagerinti šlapimo takų infekcijų prevenciją, sveikatos priežiūros darbuotojams reikalingos atitinkamos žinios ir įgūdžiai.

Ši programa buvo sukurta kaip pagalbinė priemonė, kuria gali pasinaudoti tiek asmuo, kuris yra supažindinamas su šlapimo takų infekcijų prevencijos principais, tiek ir jo mokytojas.

1 puslapyje rasite sąrašą bendrų sąlygų, kurias reikia įvykdyti, norint tinkamai atlikti priežiūros užduotis, kad būtų išvengta šlapimo takų infekcijos.

2 puslapyje rasite instrukcijas, susijusias su tarpvietės higiena, sauskelnių keitimu ir pagalba lankantis tualete.

1 ir 2 puslapiuose galima pažymėti, kad informacija suteikta ir kada veiksmas atliktas tinkamai.

3 ir 4 puslapiuose rasite pagrindinę medžiagą, kurią galite naudoti toliau paaiškindami kiekvieną temą.

Rankų higiena: rankų dezinfekcija ir rankų plovimas Atlikti prieš pat ir iš karto po visų priežiūros veiksmų, susijusių su tarpvietės higiena, sauskelnių keitimu, pagalba lankantis tualete ir po vienkartinį pirštinių naudojimo. Gali būti rankų dezinfekcija arba rankų plovimas.	Išplatinta Data ir parašas	Atlikta Data ir parašas
Saugios rankų higienos sąlygos		
a. Nagai trumpi, be lako ir dirbtinių nagų. b. Rankos ir riešai be papuošalų (įskaitant vestuvinį žiedą), rankinio laikrodžio ir tvarsčio. c. Rankovės trumpos (virš alkūnės)		
Rankų dezinfekavimas		
a. Naudokite, kai rankos akivaizdžiai švarios ir sausos. b. Alkoholio pagrindu pagamintos priemonės naudokite tiek, kad trinant rankos būtų drėgnos 20-30 sekundžių. c. Sveikatos priežiūros personalui – rankos dezinfekuojamos papildomai po rankų plovimo		
Rankų plovimas		
a. Atlikti, kai rankos užterštos žmogaus sekretais (pvz., išmatomis, šlapimu) arba kai jos drėgnos po vienkartinį pirštinių naudojimo b. Sveikatos priežiūros darbuotojams - rankų plovimą papildyti rankų dezinfekcija		
Barjerinės atsargumo priemonės	Išplatinta Data ir parašas	Atlikta Data ir parašas
a. Dėvėkite vienkartinę pirštines ir vienkartinę prijuostę, kai atliekama tarpvietės higiena ir keičiamos sauskelnės.		
Priemonės	Išplatinta Data ir parašas	Atlikta Data ir parašas
a. Darbo vieta turi būti švari. b. Naudokite švarias priemones, pvz., šluostes, rankšluostį, praustuvą, šlapimo kolbą, muilą intymioms vietoms, maišelį atliekoms, maišelį skalbiniams.		

Tarpvietės higiena Atlikti tarpvietės higieną mažiausiai 1 kartą per dieną	Išplatinta Data ir parašas	Atlikta Data ir parašas
1. Moterys: <ul style="list-style-type: none"> • Plaukite šlaplės angos kryptimi – iš vidaus į išorę. Kiekvieną kartą prausdami naudokite naują šluostę. Nuplaukite muilą. • Nuplaukite likusią sritį. Plaukite link išangės. Kiekvienam plovimo judesiui naudokite naują šluostę. Nuplaukite muilą. • Gerai nusausinkite odą. 		
2. Vyrai: <ul style="list-style-type: none"> • Atsargiai atitraukite apyvarpę. • Plaukite varpos galvutę šlaplės angos kryptimi – iš vidaus į išorę, kiekvienam plovimo judesiui naudokite naują šluostę. Nuplaukite muilą. • Nuplaukite likusią varpos dalį ir kapšeljį. Plaukite link išangės. Kiekvieną kartą plaudami naudokite naują šluostę. Nuplaukite muilą. • Atsargiai atitraukite apyvarpę į vietą. • Gerai nusausinkite odą. 		
Sauskelnių keitimas	Išplatinta Data ir parašas	Atlikta Data ir parašas
3. Keiskite mažiausiai 3 kartus per dieną. 4. Stenkitės pakeisti sauskelnę kuo greičiau po šlapinimosi. 5. Nuplaukite odą, esančią po sauskelnėmis. 6. Pasirinkite tinkamą sauskelnių dydį.		
Apsilankymas tualete (šlapimo pūslės ištuštinimas)	Išplatinta Data ir parašas	Atlikta Data ir parašas
7. Siekti, kad gyventojas galėtų pasinaudoti tualetu (kai tai įmanoma, atsižvelgiant į gyventojų fizinę ir psichinę būklę). Padėti: <ul style="list-style-type: none"> • Užtikrinti gerą sėdėjimo padėtį, kad būtų galima ištuštinti šlapimo pūslę. • Skirti pakankamai laiko ir sukurti saugumo jausmą. 		

IMAGINE



BAZINĖ INFORMACIJA

Rankų higiena (rankų dezinfekcija arba rankų plovimas, po kurio atliekama rankų dezinfekcija) yra veiksmingos infekcijų prevencijos pagrindas. Todėl svarbu rankų higieną atlikti tinkamu būdu ir tinkamu metu, kad būtų išvengta šlapimo takų infekcijos.

Saugios rankų higienos sąlygos

Papuošalai, dirbtiniai nagai, nagų lakas ir ilgos rankovės neleidžia užtikrinti veiksmingos rankų higienos, nes šie daiktai yra mikroorganizmų rezervuaras. Atlikus rankų higieną, ant šių daiktų lieka mikroorganizmai, kurie gali būti perduoti kitiems žmonėms.

Rankų dezinfekavimas

Rankų higiena turi būti atliekama prieš pat ir iš karto po visų priežiūros veiksmy, susijusių su tarpvietės higiena, sauskelnių keitimu ir pagalba lankantis tualete.

Daugeliu atvejų pirmas rankų higienos pasirinkimas yra rankų dezinfekcija. Šį metodą galima naudoti matomai švarioms ir sausoms rankoms. Tyrimai parodė, kad dauguma ant rankų esančių mikroorganizmų sunaikinami 20-30 sekundžių trinant dezinfektantą.

Rankų plovimas

Plaukite rankas, kai rankos užterštos žmogaus sekretais (pvz., išmatomis, šlapimu) ir kai rankos drėgnos po vienkartinį pirštinių naudojimo. Rankas plaukite ne trumpiau kaip 20 sekundžių, kad pašalintumėte daugumą ant rankų esančių mikroorganizmų.

Sveikatos priežiūros darbuotojai rankų plovimą visada turi papildyti rankų dezinfekcija.

Barjerinės atsargumo priemonės

Atliekant gyventojui tarpvietės higieną, keičiant sauskelnes, padedant jam apsilankyti tualete yra priežiūros veiksmai susiję su rizika, kad rankos ir darbo drabužiai gali būti užteršti išmatomis ir šlapimu.

Vienkartines pirštines ir vienkartines prijuostas naudokite tik konkrečiai procedūrai atlikti, o jai pasibaigus - išmeskite.

Pradėkite procedūrą mūvėdami vienkartines pirštines ir vienkartinę prijuostę, o pabaigę priežiūros veiksmą, iš karto jas nusiimkite.

Vienkartines nešvarias pirštines visada vertinkite kaip infekcijos perdavimo šaltinį, taip kaip ir nešvarias rankas be pirštinių.



Priemonės

Prieš atliekant šiuos priežiūros veiksmus svarbu pasiruošti. Apsauginės ir kitos priemonės turi būti padėtos ant švarios darbo vietos netoli gyventojų (pvz., lentynos ar procedūrinio stalo). Naudojant lengvai valomą vietą, sumažinamas mikroorganizmų perdavimas gyventojui.

Daugybė mikroorganizmų gali išgyventi ant paviršių ir medžiagų, ypač kai jie yra drėgni. Todėl svarbu naudoti arba švarias, tinkamai paruoštas daugkartinės priemonės arba nenaudotą vienkartinę įrangą. Atliekų ar skalbinių maišo naudojimas atliekant priežiūros veiksmus yra patikimas būdas išvengti aplinkos užteršimo mikroorganizmais iš naudotų priemonių ir nešvarių gyventojų audinių bei patalynės.

Tarpvietės higiena

Daugumą šlapimo takų infekcijų sukelia bakterijos, patekusios iš žarnyno arba tarpvietės odos srities. Svarbu teisingai atlikti tarpvietės higieną ir tinkama kryptimi, kad šios bakterijos nepatektų į pažeidžiamą apatinę šlapimo takų dalį. Tai aktualu tiek moterims, tiek vyrams.

Sauskelnių keitimas

Daugelis globos įstaigose gyvenančių vyresnio amžiaus žmonių kenčia nuo šlapimo nelaikymo ir dėl to naudoja sauskelnes. Gerai žinoma, kad šlapimo nelaikymas yra susijęs su padidėjusia šlapimo takų infekcijos rizika. Taip pat gerai žinoma, kad bakterijų skaičius padidėja, kai jos yra šiltoje ir drėgnoje aplinkoje. Dėl šios priežasties rekomenduojama sauskelnes keisti kuo greičiau po to, kai jos sušlapo nuo šlapimo ar buvo užterštos išmatomis, arba bent 3 kartus per dieną.

Sauskelnių gydys yra tinkamas, kai jos yra tokios didelės kiek reikia ir tokios mažos kiek įmanoma.

Apsilankymas tualete (šlapimo pūslės ištuštinimas)

Likutinis šlapimas - tai šlapimo kiekis, kuris lieka šlapimo pūslėje po šlapinimosi. Gerai žinoma, kad likutinis šlapimas yra susijęs su padidėjusia šlapimo takų infekcijos rizika, nes dėl likutinio šlapimo padidėja bakterijų skaičius. Nuo to, kaip ir kiek laiko žmogus sėdi ant tualetų, dažnai priklauso kaip pagerėja gebėjimas ištuštinti šlapimo pūslę. Todėl sveikatos priežiūros personalas gali daug prisidėti prie šio proceso sėkmės. Pirmiausiai užtikrinkite gyventojų kojų sąlytį su grindimis ar su suoleliu. Būkite ramūs, kad užtikrintumėte saugumo jausmą gyventojui ir skirkite pakankamai laiko, kad gyventojas galėtų pilnai ištuštinti šlapimo pūslę.

Nuorodos

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

