

Kedves Kollégánk!

Május 5. a Kézhygiéne világnapja.  
Vegyen részt Ön is a kórokozók  
elleni küzdelemben!

# KÉZHIGIÉNE VILÁGNAPJA



## A kézhygiéne mindannyiunkat érint!

A kézfertőtlenítés kétségtelenül az egyik legfontosabb fertőzésmegelőzési intézkedés, de a kézmosás, a bőrápolás és bőrvédelem, valamint a kesztyűhasználat is a kézhygiénéhez tartozik.



### Higiénés kézfertőtlenítés

Tegyen megfelelő mennyiségű kézfertőtlenítőt a tölcsért formáló tenyerébe és ügyeljen arra, hogy kezének minden területét **alaposan benedvesítse**.

Gondosan dörzsölje be a kézfertőtlenítőt **30 másodpercen át** úgy, hogy a kezek minden területére jusson. **Különös figyelmet kell fordítani az ujjvégekre és a hüvelykujjakra**, mert a leggyakrabban ezekkel érünk közvetlenül a betegekhez és a potenciálisan szennyezett felületekhez.

### Kézmosás

Míg a kézfertőtlenítés a kórokozók elpusztításáért vagy inaktiválásáért és a fertőzések megelőzéséért felelős, a kézmosás a kéz megtisztítását szolgálja.

### Bőrápolás

Az egészséges bőr az alapja a megfelelő kézhygiénének. A sima bőrfelület kevésbé jó rejtkehelyet nyújt a mikroorganizmusok számára, mint a repedezett bőr, mely kedvez a kórokozók meglepedésének.

### Kesztyűhasználat

Vizsgálókesztyűt kell viselni munka közben vagy olyan helyzetekben, amelyekben fennáll a fertőzés vagy a kórokozók átvitelének kockázata.