

ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΡΟΣ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΛΗΨΗ ΛΟΙΜΩΞΕΩΝ ΣΕ ΠΑΙΔΙΑ ΤΟΥ ΟΓΚΟΛΟΓΙΚΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ

Αλέξανδρος Δουβανάς
Νοσηλεύτης TE, MSc, PhD(c)
Επιτροπή Νοσοκομειακών Λοιμώξεων
ΓΝΠΑ «Π&Α Κυριακού

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

- Τα παιδιά του ογκολογικού τμήματος λόγω της ιδιαιτερότητας της πάθησης τους πρέπει να νοσηλεύονται σε δωμάτια που οι γενικότεροι κανόνες καθαριότητας- απολύμανσης είναι ιδιαίτερα αυστηροί.
- Οι καθημερινές μας συνήθειες ακόμη τα πιο απλά πράγματα πρέπει να προσαρμοστούν στις ανάγκες του παιδιού μας .
- Ο τρόπος με τον οποίο χειριζόμαστε τα αντικείμενα του παιδιού μας ακόμη περισσότερο ο τρόπος με τον οποίο ερχόμαστε σε άμεση επαφή με το παιδί μας αλλάζει και ακολουθεί πολύ συγκεκριμένες οδηγίες.
- Είμαστε λοιπόν περισσότερο προσεκτικοί και αυτό γιατί πρέπει να γνωρίζουμε ότι τα νοσηλευόμενα παιδιά του ογκολογικού τμήματος διατρέχουν πολύ μεγαλύτερο κίνδυνο όσον αφορά την εμφάνιση λοιμώξεων σε σχέση με τα υπόλοιπα νοσηλευόμενα παιδιά του νοσοκομείου.

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

- Μια από τις σημαντικότερες φροντίδες που πρέπει να τηρείται καθημερινά με ιδιαίτερη προσοχή είναι η τήρηση των κανόνων υγιεινής που φυσικά για τα παιδιά που νοσηλεύονται στο ογκολογικό τμήμα είναι πολύ πιο αυστηροί από ότι είχαμε μέχρι σήμερα συνηθίσει στην καθημερινότητα μας.
- Το Α και το Ω όσον αφορά την τήρηση των κανόνων υγιεινής αποτελεί το σωστό πλύσιμο των χεριών.



ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΑΚΩΝ ΛΟΙΜΩΞΕΩΝ

- Η υγιεινή των χεριών δηλαδή το σωστό πλύσιμο περιλαμβάνει τη χρήση απλού ή αντισηπτικού σαπουνιού καθώς επίσης και τη χρήση αλκοολούχων αντισηπτικών.
- Το πλεονέκτημα των αλκοολούχων αντισηπτικών είναι:
 - Δεν απαιτούν τη χρήση νερού
 - Μελέτες των τελευταίων ετών δείχνουν ότι τα υγρά αλκοολούχα αντισηπτικά έχουν μεγαλύτερη αντισηπτική δράση από το απλό πλύσιμο των χεριών όταν βέβαια τα χέρια δεν είναι εμφανώς λερωμένα
 - Επειδή τα αλκοολούχα αντισηπτικά περιέχουν μαλακτικές ουσίες ξηραίνουν λιγότερο την επιδερμίδα από το πλύσιμο με νερό και σαπούνι
 - Αλκοολούχο αντισηπτικό υπάρχει στον θάλαμο του κάθε παιδιού

**ΥΓΙΕΙΝΗ ΑΝΤΙΣΗΨΙΑ ΤΩΝ ΧΕΡΙΩΝ
ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΟΔΗΓΙΑ EN 1500**

1ο βήμα:
Επολείψτε 3ml αντισηπτικού με αντικριστές τις παλάμες.




2ο βήμα:
Επολείψτε με την παλάμη του δεξιού χεριού την ραχιά της επόψεως της παλάμης του αριστερού χεριού. Επαναλάβετε και αντιστρόφως.



3ο βήμα:
Επολείψτε τις παλάμες αντικριστά συμπλέκοντας ταυτόχρονα και τα δάκτυλα.



4ο βήμα:
Επολείψτε κυρτώνοντας τα δάκτυλα στις αντίθετες παλάμες συμπλέκοντας ταυτόχρονα σταθερά τα δάκτυλα.



5ο βήμα:
Τρίψτε περιστροφικά τον αντίχειρα του δεξιού χεριού, σφαιρακιάζοντας σφικτά με την αριστερή παλάμη. Επαναλάβετε και αντιστρόφως.



6ο βήμα:
Μαζέψτε σφικτά τα δάκτυλα του δεξιού χεριού πάνω στην αριστερή παλάμη και τρίψτε περιστροφικά προς τα εμπρός και πίσω. Επαναλάβετε και αντιστρόφως.

ΓΕΝΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ

1. Η επάλειψη του αντισηπτικού να γίνεται πάντα σε στεγνές παλάμες μέχρι τους καρπούς και για χρόνο 30 δευτερολέπτων.
2. Οι κινήσεις κάθε βήματος πρέπει να γίνεται 5 φορές.
3. Τα χέρια θα πρέπει να παραμένουν υγρά καθ' όλη τη διάρκεια των 30 δευτερολέπτων. Εάν όχι, προσθέστε και άλλη ποσότητα αντισηπτικού.


PHARMA CHEMIE


BODE

ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΑΚΩΝ ΛΟΙΜΩΞΕΩΝ

ΠΛΥΣΙΜΟ ΤΩΝ ΧΕΡΙΩΝ

- Τα χέρια πρέπει να πλένονται οπωσδήποτε πριν την είσοδο καθώς και μετά την έξοδο μας από το δωμάτιο του παιδιού
- Πλύσιμο των χεριών πριν και μετά την επαφή με το παιδί σας, εναλλακτικά μπορείτε να χρησιμοποιήσετε αλκοολικό διάλυμα
- Η σχολαστική τήρηση της υγιεινής των χεριών αφορά όσους έρχονται σε επαφή με το παιδί αλλά και το ίδιο το παιδί.
- Θα πρέπει και εσείς αλλά και ο μικρός ασθενής να εκπαιδευτείτε ώστε να καθαρίζετε σωστά τα χέρια σας πριν το φαγητό καθώς και μετά τη χρήση τουαλέτας.

ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΑΚΩΝ ΛΟΙΜΩΞΕΩΝ

ΠΛΥΣΙΜΟ ΤΩΝ ΧΕΡΙΩΝ

- Είναι πολύ σημαντικό να γνωρίζουμε τον τρόπο που πρέπει να πλένουμε τα χέρια μας ο οποίος και διαφέρει με ότι είχαμε συνηθίσει στην καθημερινότητα μας τόσο στον χρόνο πλυσίματος όσο και στη διαδικασία.
- Η όλη διαδικασία πλυσίματος των χεριών πρέπει να διαρκεί 40-60 δευτερόλεπτα και να γίνεται με τον τρόπο που φαίνεται και στην εικόνα.

ΠΟΙΟΣ ΕΙΝΑΙ Ο ΣΩΣΤΟΣ ΤΡΟΠΟΣ ΠΛΥΣΙΜΑΤΟΣ ΤΩΝ ΧΕΡΙΩΝ;

Πλύνετε τα χέρια με σαπούνι και νερό μόνο όταν αυτά είναι εμφανώς λερωμένα! Αλλιώς εφαρμόστε αλκοολούχο αντισηπτικό!

⌚ Διάρκεια της συνολικής διαδικασίας: 40-60 δευτερόλεπτα

0  Ανοίξτε τα δάχτυλα και βάλτε μια τεταρτίδα σαπούνι νερό.	1  Ασπάζουμε την παλάμη κάθε χεριού με την παλάμη άλλου χεριού.	2  Τρίβουμε τις παλάμες μεταξύ τους.
3  Τρίβουμε την παλάμη του δεξιού χεριού πάνω στην παλάμη του αριστερού χεριού βάζοντας τα δάχτυλα του δεξιού στα μεσοδύναμα διστάγματα του αριστερού χεριού και αντίστροφα.	4  Τρίβουμε τις παλάμες αφήνοντας τον χάρτινο και το μεσοδάκτυλο διατεταγμένα το καθένα στα ρυτίδια.	5  Τρίβουμε τα επιπλέον της προηγούμενης που εφαρμόζονται και των δύο χεριών κίλιαντας το κάθε χέρι μέσα στην παλάμη του άλλου χεριού.
6  Κιάνουμε τον αντίχειρα του αριστερού χεριού μέσα στην παλάμη του δεξιού χεριού, τον τρίβουμε με παραπροσώδη αντίστοιχα και αντίστροφα.	7  Τρίβουμε τα προσδύκτυλα του δεξιού χεριού με παραπροσώδη αντίστοιχα του άλλου χεριού και αντίστροφα.	8  Σπλώνουμε καλά το χέρι μας με νερό.
9  Επιδενούμε καλά το χέρι με χρονομετρητή μιας χρήσεως.	10  Χρονομετρούμε την όλη διαδικασία για να ολοκληρώσει τη βήματα.	11  Τα χέρια μας τώρα είναι καθαρά και στεγνά!

© 2014 Ελληνική Επιτροπή Αντισηπτικής Πρωτοβάθμιας Πρόληψης Νοσημάτων. Πρωτόκολλο Πλύσης Χεριών Οργανισμού WHO. Όλα τα δικαιώματα διατηρούνται.

ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΑΚΩΝ ΛΟΙΜΩΞΕΩΝ

ΣΤΟΜΑΤΙΚΗ ΥΓΙΕΙΝΗ

- Η στοματική υγιεινή είναι πολύ σημαντική στην καθημερινή υγιεινή που ακολουθεί το παιδί σας.
- Στο στόμα του καθενός από μας υπάρχουν πολλά μικρόβια που αναπτύσσονται εκεί φυσιολογικά. Θα πρέπει όμως να δοθεί ιδιαίτερη προσοχή στην στοματική υγιεινή γιατί αν την παραμελήσουμε τα μικρόβια αυτά μπορεί να προκαλέσουν σημαντικά προβλήματα.
- Καθημερινά θα πρέπει να βουρτσίζετε τα δόντια του παιδιού σας σχολαστικά με μαλακή οδοντόβουρτσα που δεν θα τραυματίσει τα ούλα του.
- Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε οδοντικό νήμα μόνο στην περίπτωση που είστε σίγουροι ότι δεν θα προκληθεί τραυματισμός ή αιμορραγία των ούλων.
- Παράλληλα με τις δυο προηγούμενες ενέργειες μπορείτε να χρησιμοποιείτε και κάποιο στοματικό διάλυμα.



ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΑΚΩΝ ΛΟΙΜΩΞΕΩΝ

ΑΤΟΜΙΚΗ ΥΓΙΕΙΝΗ

- Το μπάνιο τόσο του παιδιού που νοσηλεύεται στο ογκολογικό τμήμα όσο και των γονιών του που βρίσκονται κοντά του, είναι μια συνήθεια που εντάσσεται στην καθημερινότητα σας.
- Σύμφωνα με τις συστάσεις του CDC (2011) καθημερινό μπάνιο με χλωρεξιδίνη 2% μειώνει την πιθανότητα εμφάνισης μικροβιαμίας.
- Μελέτη σε 836 ασθενείς έδειξε ότι: Ασθενείς που έκαναν καθημερινό μπάνιο με χλωρεξιδίνη 2% παρουσίασαν **4,1 λοιμώξεις /1000 μέρες καθετηριασμού**, ενώ ασθενείς που έκαναν μπάνιο με σαπούνι και νερό, εμφάνισαν **10,4 λοιμώξεις /1000 ημέρες καθετηριασμού**. Εξαιρείται το κεφάλι, βλεννογόνοι και δερματικές περιοχές με βλάβες.
- Κατά τη διάρκεια του ντους δε βυθίζουμε τον καθετήρα ή το άκρο του στο νερό. Θα πρέπει να λαμβάνονται προφυλάξεις που μειώνουν την πιθανότητα εισόδου μικροοργανισμών στο καθετήρα. (π.χ. ο καθετήρας και τα συνδετικά προστατεύονται από αδιάβροχο κάλυμμα κατά τη διάρκεια του ντους)
- Μεγάλη σημασία έχει το να είμαστε προσεκτικοί έτσι ώστε να αποφεύγονται οι εκδορές καθώς επίσης προσέχουμε πολύ την ακεραιότητα του δέρματος
- Συνιστάται μετά από κάθε φορά που το παιδί σας χρησιμοποιεί την τουαλέτα του δωματίου του να φροντίζεται για την ατομική του υγιεινή με προσεκτικό πλύσιμο της περιοχής του περινέου.

ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΑΚΩΝ ΛΟΙΜΩΞΕΩΝ

ΕΠΙΣΚΕΠΤΗΡΙΟ

- Είναι αυτονόητο ότι από τη στιγμή που το παιδί εισάγεται στο ογκολογικό τμήμα τροποποιείται σε ιδιαίτερα μεγάλο βαθμό η κοινωνική του ζωή.
- Τονίζουμε ότι απαγορεύονται οι επισκέψεις στο παιδί από άτομα με εικόνα λοίμωξης του αναπνευστικού, συμπτώματα γαστρεντερίτιδας και από παιδιά μικρότερα των 12 ετών.
- Απαγορεύονται οι επισκέψεις σε άτομα που έχουν πρόσφατα εμβολιαστεί με εμβόλιο MMR ή εμβόλιο πολιομυελίτιδας.
- Η αυστηρή τήρηση του περιορισμένου επισκεπτηρίου και οι ενημέρωση των οικείων και των επισκεπτών για την ανάγκη προστασίας των ασθενών τους με λήψη προφυλάξεων διασφαλίζει σε μεγάλο βαθμό τη μετάδοση κάποιας λοίμωξης.
- Οι επισκέψεις επιτρέπονται μετά από έγκριση του θεράποντος ιατρού.
- Είναι εξαιρετικά σημαντικό να τονίσουμε ότι όταν οι γονείς έρχονται σε επαφή με τα υπόλοιπα νοσηλευόμενα παιδιά θα πρέπει να τηρούνται οι κανόνες υγιεινής των χεριών.

ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΑΚΩΝ ΛΟΙΜΩΞΕΩΝ

ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΟ

- Η τήρηση ενός σωστού διαιτολογίου κατάλληλα προετοιμασμένο αποτελεί βασική αρχή της διατροφής των παιδιών που νοσηλεύονται στο ογκολογικό τμήμα.
- Απαγορεύεται η κατανάλωση ωμών ή μισοψημένων τροφίμων ζωικής προέλευσης όπως αυγά, κρέας, ψάρι ή θαλασσινά καθώς και άλλων που τα περιέχουν, όπως μαγιονέζα. Γιατί υπάρχει κίνδυνος να έχουν σαλμονέλα.
- Σας συνιστούμε να δίνετε στο παιδί σας φαγητό το οποίο έχει προετοιμαστεί στο νοσοκομείο και πληροί όλες τις προϋποθέσεις καλής προετοιμασίας και υγιεινής. Για το λόγο αυτό θα πρέπει να αποφεύγονται τρόφιμα εκτός νοσοκομείου, ειδικά πρόχειρο φαγητό που δεν γνωρίζετε και τον τρόπο παρασκευής του.



ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΑΚΩΝ ΛΟΙΜΩΞΕΩΝ

ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΟ

- Το γάλα και τα προϊόντα του θα πρέπει να είναι παστεριωμένα.
- Τα τρόφιμα θα πρέπει να είναι καλά βρασμένα ή ψημένα
- Θα πρέπει να είμαστε ιδιαίτερα προσεκτικοί στο πλύσιμο των φρούτων και ωμών λαχανικών



ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΑΚΩΝ ΛΟΙΜΩΞΕΩΝ

ΈΝΔΥΣΗ ΚΑΙ ΥΠΟΔΗΣΗ

Θα πρέπει να έχουμε φροντίσει ούτως ώστε να μην φοράμε ρούχα και παπούτσια που χρησιμοποιούμε στην καθημερινότητα μας εκτός νοσοκομείου, αλλά να έχουμε διαφορετικά στο χώρο του ογκολογικού τμήματος και ειδικά στο δωμάτιο του παιδιού. Τα μικρόβια που υπάρχουν στο εξωτερικό περιβάλλον και μπορεί να είναι φυσιολογικά για εμάς ενώ είναι βλαβερά για τα παιδιά του ογκολογικού μεταφέρονται με τα ρούχα και τα υποδήματα μας.



ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΑΚΩΝ ΛΟΙΜΩΞΕΩΝ

ΓΕΝΙΚΟΤΕΡΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ

- Δεν θα πρέπει να υπάρχουν λουλούδια και γλάστρες στα δωμάτια των μικρών ασθενών δεδομένου ότι σε αυτά ευνοείται η ανάπτυξη μικροβίων
- Φροντίζουμε ώστε να διατηρούνται καθαροί οι χώροι του παιδιού, χωρίς πολλά αντικείμενα που δυσχεραίνουν τη σωστή καθαριότητα του χώρου. Διαμορφώνουμε το χώρο του δωματίου του παιδιού φροντίζοντας τη σωστή υγιεινή, την προστασία και την άνεση του.
- Ο χώρος του Ογκολογικού Νοσοκομείου διαθέτει κατάλληλο εξαερισμό με τα ενδεδειγμένα φίλτρα και σας συστήνουμε να αποφεύγετε να ανοίγετε τα παράθυρα και τις μπαλκονόπορτες μια και ο αέρας της πόλης έχει υψηλή συγκέντρωση σκόνης και σπορογόνων βακτηρίων (μύκητες).



ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΑΚΩΝ ΛΟΙΜΩΞΕΩΝ

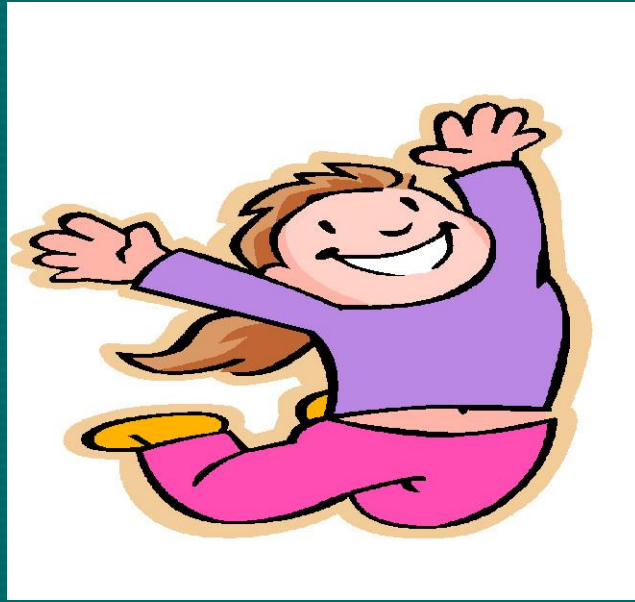
ΣΥΝΟΠΤΙΚΑ

- Στην καθημερινότητα μας με το παιδί μας στο ογκολογικό τμήμα δεν ξεχνούμε ποτέ να πλένουμε τα χέρια μας σχολαστικά σύμφωνα με τις τεχνικές που προαναφέρθηκαν καθώς επίσης οπωσδήποτε να χρησιμοποιούμε το αλκοολούχο αντισηπτικό διάλυμα.
- Φροντίζουμε καθημερινά και ακόμη καλύτερα μετά από γεύμα τη στοματική υγιεινή του παιδιού μας.
- Καθημερινό μπάνιο και φροντίδα του δέρματος του παιδιού.
- Ακολουθούμε όσον αφορά το επισκεπτήριο τις οδηγίες που μας έχουν δοθεί περιορίζοντας έτσι την πιθανότητα μετάδοσης κάποιας ασθένειας στο παιδί μας.

ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΑΚΩΝ ΛΟΙΜΩΞΕΩΝ

ΣΥΝΟΠΤΙΚΑ

- Εφαρμόζουμε το δικαιολόγιο σύμφωνα με τις οδηγίες που μας έχουν δοθεί
- Επίσης τηρούμε τις οδηγίες όσον αφορά την ένδυση και την υπόδηση.
- Η κατανόηση και εφαρμογή των παραπάνω οδηγιών, η συνεργασία με το προσωπικό του τμήματος και η δημιουργία άνετου και στοργικού περιβάλλοντος για το παιδί σας είναι εκείνα τα στοιχεία που βοηθούν σε πολύ μεγάλο βαθμό στην πρόληψη των νοσοκομειακών λοιμώξεων στο ογκολογικό τμήμα.



Σας ευχαριστώ για την προσοχή σας