

# OMS SALVEAZĂ VIEȚI: CURĂȚĂ-ȚI MĂINILE ÎN CONTEXTUL COVID-19

## Igiena mâinilor în comunitate

### Tu poți avea un rol decisiv în lupta cu COVID-19

- **Mâinile** au o importanță decisivă în transmiterea COVID-19.
- Virusul COVID-19 se transmite în principal prin picături de lichid de infectat și prin contact direct. Contactul direct înseamnă atingerea persoanelor infectate, și/sau a suprafețelor și obiectelor contaminate. Astfel, mâinile tale pot răspândi virusul pe alte suprafețe și/sau îl pot duce la gura, nasul sau ochii tăi dacă le atingi cu mâinile murdare.



### De ce Igiena Mâinilor este foarte importantă în prevenirea infecțiilor, inclusiv COVID-19?

- **Igiena Mâinilor** este cea mai eficientă acțiune pentru a reduce răspândirea patogenilor și pentru a preveni infecțiile, inclusiv COVID-19.
- Membrii comunității pot avea un rol critic în lupta cu COVID-19, practicând frecvent igiena mâinilor în fiecare zi.

#### Spală-te pe mâini

Spală-te pe mâini cu săpun și apă de la robinet când mâinile sunt vizibil murdare



Dacă mâinile nu sunt vizibil murdare, curăță-te frecvent folosind o soluție pe bază de alcool sau apă și săpun



World Health Organization

Alătură-te provocării **#SAFEHANDS** și salvează vieți! Postează o poză sau un video spălându-te pe mâini și adaugă tagul **#SAFEHANDS**.

OMS face apel la factorii de decizie să asigure:

- infrastructura necesară pentru ca oamenii să poată efectua corect igiena mâinilor în spațiile publice;
- materialele necesare pentru igiena mâinilor în unitățile sanitare;

Protejează-te și protejează-i pe ceilalți de îmbolnăvire

#### Spală-te pe mâini



World Health Organization

- după ce strănuți și tușești
- când îngrijești bolnavi
- înainte, în timp ce și după ce gătești
- înainte de a mânca
- după folosirea toaletei
- când ai mâinile vizibil murdare
- după ce ai pus mâna pe animale sau pe deșeurile de origine animală

## Igiena Mâinilor în unitățile sanitare

### De ce este important să participăm la campania mondială a OMS privind igiena mâinilor în lupta cu COVID-19?

- Campania OMS privind igiena mâinilor **SALVEAZĂ VIEȚI: Curăță-ți mâinile** mobilizează oamenii pentru a spori practicile de igiena mâinilor în unitățile sanitare, protejând astfel cadrele medicale și pacienții de COVID-19 și alți patogeni.
- **Asistentele** și alte cadre medicale sunt eroii din prima linie care salvează vieți în lupta cu COVID-19. Alături de **Anul Asistentelor și Moașelor**, campania pentru **igiena mâinilor 2020** recunoaște rolul critic al acestora în prevenirea infecțiilor.
- Campania contribuie și la **United Nations Secretary's General's Global Call to Action on WASH** în unitățile sanitare.



NURSES AND MIDWIVES

**CLEAN CARE**  
— IS IN YOUR —  
**HANDS**

Detalii despre campania **5 Mai 2020 SALVEAZĂ VIEȚI: Curăță-ți mâinile** aici:

<https://www.who.int/infection-prevention/campaigns/clean-hands/en/>

**SAVE LIVES**

**CLEAN YOUR HANDS #safehands #handhygiene #infectionprevention**



World Health Organization

## Ce se întâmplă pe 5 mai 2020 și cum putem face legătura cu lupta împotriva COVID-19?

- Printre inițiativele COVID-19 care promovează igiena mâinilor, Campania **OMS Salvează vieți: curăță-ți mâinile (SVCM)** se concentrează pe **igiena mâinilor în unitățile sanitare**, marcată în fiecare an pe 5 mai.
- **Apelul DG** către Statele Membre de a îmbunătăți accesul la igiena mâinilor la nivel mondial este legat de campania SVCM.
- Pe 5 mai, **Campania OMS SVCM** subliniază rolul critic al asistentelor și moașelor în prevenirea infecțiilor și în igiena mâinilor pentru a proteja pacienții. Sloganul este **"Asistente și moașe, asistența sigură este în mâinile voastre!"**
- Fiecare are un rol în susținerea cadrelor medicale pentru ca acum să aibă cele mai bune practici de igiena mâinilor.
- Fiecare dintre acțiuni poate fi adaptată pentru COVID-19:

- **Asistente:** "Asistența sigură începe cu voi."
- **Moașe:** "Mâinile voastre sunt cele mai importante pentru mame și nou-născuți."
- **Factori de decizie:** "Creșteți numărul de asistente pentru a preveni infecțiile și pentru a îmbunătăți calitatea asistenței. Creați mijloacele pentru a încuraja asistentele și moașele."
- **Responsabili PCI:** "Susțineți asistentele și moașele pentru a furniza asistență sigură."
- **Pacienți și familii:** "Asistență mai sigură pentru voi, împreună cu voi."

- **Înregistrați-vă** în campania OMS SVCM și sărbătoriți înainte și pe **5 mai 2020**.

## Ce trebuie să știți cu privire la cele mai bune practici de igiena mâinilor pentru COVID?

### SPĂLAREA MĂINILOR

- Dovezile din timpul epidemiilor de SARS și COVID-19 arată că igiena mâinilor este foarte importantă pentru protejarea cadrelor medicale împotriva infecției (Seto WH et al., *Lancet* 2003; Ran L et al, *Clin Infect Dis* 2020).
- Spălarea pe mâini în comunitate este foarte eficientă în prevenirea atât bolile diareice și bolile respiratorii (Jefferson T, et al, *BMJ*, 2008). Astfel, este una dintre cele mai importante măsuri care pot fi utile în prevenirea infecției COVID-19.

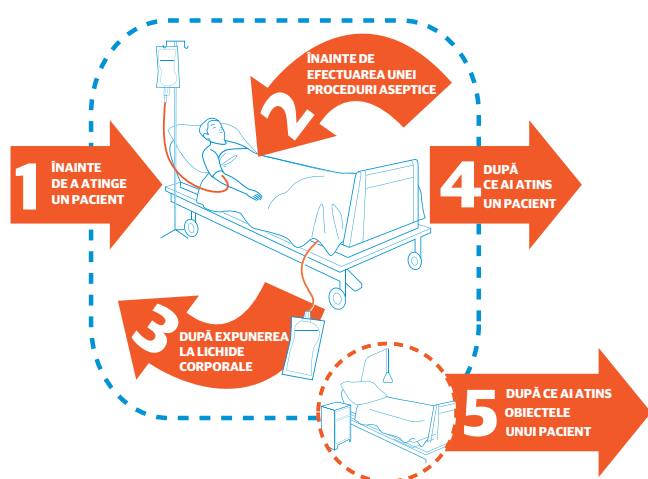
### RECOMANDĂRI

- Dezinfectantele pe bază de alcool pentru mâini trebuie să conțină cel puțin 60% alcool, trebuie certificate, iar când stocurile sunt limitate sau la costuri prea mari, acestea pot fi produse local, conform **Ghidului OMS**.
- Săpunul este eficient în inactivarea virusurilor anvelopate, cum este COVID, datorită faptului că membrana uleioasă este dizolvată de săpun, distrugând virusul (Sickbert-Bennett EE et al, *Am J Infect Control* 2005). În plus, prin spălarea mâinilor se elimină microbii prin acțiune mecanică (Recomandările OMS privind igiena mâinilor în asistența medicală 2009).
- Soluția de clor de 0,5% nu este recomandată pentru igiena mâinilor de rutină, pentru că are efecte toxice, iar săpunul este ușor de găsit și poate fi utilizat în mod eficient.

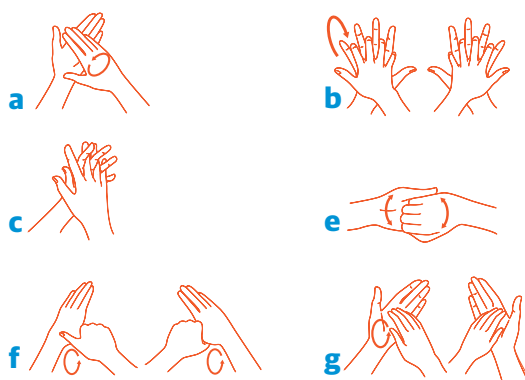
## Momentul potrivit și tehnica corectă pentru igiena mâinilor în unitățile sanitare

Realizarea igienei mâinilor la momentul potrivit, folosind tehnica corectă, cu dezinfectant sau cu săpun și apă și prosoape curate sau de unică folosință este de importanță critică.

### MOMENTUL POTRIVIT



### TEHNICA CORECTĂ



### DURATA CORECTĂ

- Dezinfectant pe bază de alcool: **20-30 de secunde**
- Cu apă și săpun: **40-60 de secunde**

**SAVE LIVES  
CLEAN YOUR HANDS**

**#safehands #handhygiene #infectionprevention**