

BEZPIECZNE STOSOWANIE ŚRODKÓW DO HIGIENICZNEGO MYCIA I DEZYNFEKCJI RĄK

Zalecenia profilaktyczno-edukacyjne

Co trzeba wiedzieć?

- ✔ Higieniczne mycie rąk polega na mechanicznym usunięciu drobnoustrojów ze skóry za pomocą wody i mydła z dodatkiem środków antyseptycznych, natomiast higieniczna dezynfekcja to zniszczenie lub inaktywacja drobnoustrojów na skórze przy użyciu środka dezynfekcyjnego najczęściej na bazie alkoholu (etanol, izopropanol, n-propanol) (tab. 1).
- ✘ Higieniczna dezynfekcja nie usuwa całkowicie drobnoustrojów tylko zmniejsza ich liczbę do poziomu uznanego zgodnie z normami za bezpieczny.
- ✘ Środki dezynfekcyjne i antyseptyczne mają na celu niszczenie drobnoustrojów, ale nie są zazwyczaj obojętne dla skóry. Mechanizmy odpowiedzialne za niszczenie drobnoustrojów mogą być wobec komórek skóry podobnie destruktywne. Reakcje skórne na środki myjące i dezynfekujące mogą prowadzić do stanów zapalnych (rumień, suchość, łuszczenie, stwardnienie skóry, przebarwienia) lub reakcji alergicznych. Nie należy stosować środków do dezynfekcji powierzchni na skórę! Należy za to pamiętać, że środki do dezynfekcji rąk na bazie alkoholu z substancjami nawilżającymi mają mniejszy potencjał uczulający i drażniący w porównaniu z mydłami i syntetycznymi detergentami.
- ✘ Rękawice nie zastępują higieny rąk – przed ich wykorzystaniem i potem należy myć/dezynfekować ręce.

Co trzeba robić?

- ✔ Stosować preparaty o potwierdzonej skuteczności przeciwdrobnoustrojowej, przebadane dermatologicznie zgodnie z zalecanymi normami; przestrzegając zalecanego stężenia, czasu kontaktu i ilości środka (dłuższy niż zalecany czas kontaktu nie zwiększa skuteczności, a może pogorszyć stan skóry); zapoznać się z instrukcjami mycia i dezynfekcji i przestrzegać wszystkich wymaganych kroków.
- ✔ Sprawdzać etykiety i karty charakterystyki, zwracając uwagę na potencjalne zagrożenia związane z każdym produktem. Jeśli pojawia się zaczerwienienie, świąd lub pękanie skóry – należy zmienić preparat.
- ✔ Właściwie pielęgnować skórę. Zapewnić jej prawidłowy stan fizjologiczny. Przez uszkodzoną skórę łatwiej wchłaniają się inne szkodliwe substancje.

Jak stosować mydła i syntetyczne detergenty?

- ✔ Myć ręce letnią / chłodną wodą z mydłem przez 40-60 s. (WHO, 2020); unikać gorącej i bardzo zimnej wody.
- ✔ Delikatnie osuszać skórę bez pocierania.
- ✔ Natychmiast nakładać krem nawilżający po zabiegu oczyszczania.
- ✘ Nie stosować mydeł lub syntetycznych detergentów, które zawierają alergeny, konserwanty, substancje zapachowe lub barwniki.

Jak stosować środki dezynfekujące na bazie alkoholu?

- ✔ Zwracać uwagę, jakie stężenie i rodzaj alkoholu zawiera środek do dezynfekcji. Zalecane jest stosowanie preparatów o zawartości alkoholu 60-90% (v/v). Odpowiednią skuteczność przeciwdrobnoustrojową wykazują preparaty z zawartością 75-85% etanolu, izopropanolu.
- ✔ Wybierać środki dezynfekcyjne z dodatkiem substancji nawilżających i stosować się dokładnie do zalecanego czasu dezynfekcji (20-30 sekund).
- ✔ Zwracać uwagę, żeby dłonie przed dezynfekcją były suche. Nie wycierać ich po dezynfekcji! Pozwolić na odparowanie środka dezynfekcyjnego.
- ✔ Zabezpieczać uszkodzoną skórę przed zastosowaniem środka dezynfekującego. Higieniczna dezynfekcja rąk nie zawsze musi być poprzedzona higienicznym myciem rąk. Natomiast higieniczne mycie powinno być zawsze wykonane przed dezynfekcją w przypadku rąk widocznie zabrudzonych.

Tabela 1. Porównanie higienicznego mycia i higienicznej dezynfekcji rąk

	HIGIENICZNE MYCIE RĄK	HIGIENICZNA DEZYNFEKCJA RĄK
Cel	Mechaniczne usunięcie drobnoustrojów z powierzchni skóry poprzez mycie wodą z użyciem mydła lub środka antyseptycznego.	Zniszczenie lub inaktywacja drobnoustrojów na skórze przy użyciu środka dezynfekcyjnego.
Składniki aktywne	Mydło (żel, płyn) zawierający związki powierzchniowo czynne z dodatkiem antyseptyku (chlorheksydyna, triklosan, chlorek benzalkonium, jodofory).	Preparat dezynfekcyjny, najczęściej na bazie alkoholu (etanol, izopropanol w stężeniu 60-90% v/v) z dodatkiem emolientów.
Spektrum działania	Bakterie, częściowo wirusy (beztoczkowe), grzyby; spory (przetrawalniki).	Bakterie Gram (+) i Gram (-), wirusy otoczkowe, grzyby; nieskuteczne wobec przetrawników.
Skuteczność	Norma EN 1499	Norma EN 1500
Warunki stosowania	Zalecane, gdy ręce są widocznie zanieczyszczone lub wymagane jest antyseptyczne mycie (np. po kontakcie z materiałem biologicznym, chemikaliami).	Odpowiednie we wszystkich sytuacjach, gdy dłonie nie są widocznie zanieczyszczone. Nie usuwa brudu – działa skutecznie tylko na czyste, suche ręce. Środki dezynfekcyjne skuteczniej redukują liczbę bakterii na rękach niż mydło i woda (najskuteczniejsze roztwory zawierają 70% do 85% v/v alkoholu).
Działania niepożądane	Przy częstym stosowaniu środki silnie przesuszają skórę, uszkadzają barierę naskórka, powodują podrażnienia i alergie (pokrzywka, rumień, świąd, łuszczenie skóry).	Podrażnienie skóry, zaczerwienienie, rumień, suchość, łuszczenie, swędzenie, pieczenie; rzadko uczulenie. Preparaty alkoholowe są mniej drażniące i wysuszające skórę niż mydło i woda. Dodatek emolientów redukuje działanie drażniące.

Więcej informacji w materiale informacyjnym pt.: „Kryteria do oceny bezpieczeństwa stosowania środków do higienicznej dezynfekcji skóry” dostępnym pod adresem www.ciop.pl

