

RICORDATI CHE L'IGIENE DELLE MANI È **IMPORTANTISSIMA**

Il rispetto di semplici principi, come quelli che leggerai di seguito, non sarà d'aiuto solo a te, ma anche al tuo familiare e a tutti coloro che si trovano nella struttura.

PERCHÉ IL TUO RUOLO È **FONDAMENTALE?**

Perché le infezioni non costituiscono un problema solo per le persone sane, ma anche un rischio per chi ha difese immunitarie indebolite. Il tuo impegno, quindi, è indispensabile!

Casa di Cura Villa Esperia S.p.A.

27052 Godiasco Salice Terme (PV) - viale dei Salici, 35
tel. 0383 945211 - fax 0383 91209



VILLA
ESPERIA
CASA DI CURA



Una corretta igiene delle mani

www.villaesperia.it

+ SALUTE
PER TE
E PER GLI ALTRI

- 40%
rischio di infezioni

CONSIGLI UTILI per l'accesso ai reparti



Se sei influenzato non venire in ospedale a prestare assistenza



Prima di entrare ed uscire dalla stanza di degenza, ricordati di lavarti bene le mani



Lavati le mani con acqua e sapone o con il gel alcolico e ricordati di **rispettare i tempi**



Ricorda a chi ti circonda di lavarsi le mani



Se segnalato dal personale di assistenza, utilizza idonei **dispositivi di protezione individuale**



Evita di **affollare la stanza** di degenza



Non toccarti gli occhi, il naso e la bocca con le mani sporche



Non scambiare oggetti e cibo con gli altri pazienti



Non utilizzare la **toilette della camera**



Non sederti sul letto



Non consumare cibi e bevande in **camera**



Sii consapevole di quanto le mani **si contaminano facilmente** e rapidamente mentre sei in ospedale



Copriti la bocca e il naso con un fazzolettino di carta monouso quando starnutisci o tossisci e poi fai subito centro nel cestino



LAVAGGIO CON ACQUA E SAPONE

Durata procedura: **60 SECONDI**

Lavati le mani con acqua e sapone quando sono visibilmente sporche. Se non hai a disposizione il materiale per lavarti ed asciugarti le mani, chiedi al personale. Nelle situazioni in cui non è agevole l'accesso ai lavandini, utilizza la soluzione alcolica.



1 Bagna le mani con l'acqua



2 Applica una quantità di sapone sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani



3 Friziona le mani palmo contro palmo



4 Il palmo destro sopra il dorso sinistro intrecciando le dita tra loro e viceversa



5 Palmo contro palmo intrecciando le dita tra loro



6 Dorso delle dita contro palmo opposto tenendo le dita strette tra loro



7 Frizione rotazionale del pollice sinistro stretto nel palmo destro e viceversa



8 Frizione rotazionale, in avanti e indietro con le dita della mano destra strette tra loro nel palmo sinistro e viceversa



9 Risciacqua le mani con l'acqua



10 Asciuga accuratamente con una salvietta monouso



11 Usa la salvietta per chiudere il rubinetto



12 ...UNA VOLTA ASCIUTTE, LE TUE MANI SONO SICURE



FRIZIONE CON GEL ALCOLICO

Durata procedura: **30 SECONDI**

Il lavaggio delle tue mani con soluzione alcolica è più efficace di quello con acqua e sapone se rispetti la tecnica corretta. Assicurati che ci sia a disposizione il dispenser del prodotto, altrimenti chiedi al personale.



1 Versare nel palmo della mano una quantità di soluzione sufficiente per coprire tutta la mano



2 Frizionare le mani palmo contro palmo



3 Il palmo destro sopra il dorso sinistro intrecciando le dita tra loro e viceversa



4 Palmo contro palmo intrecciando le dita tra loro



5 Dorso delle dita contro palmo opposto tenendo le dita strette tra loro



6 Frizione rotazionale del pollice sinistro stretto nel palmo destro e viceversa



7 Frizione rotazionale, in avanti ed indietro con le dita della mano destra strette tra loro nel palmo sinistro e viceversa



8 ... UNA VOLTA ASCIUTTE, LE TUE MANI SONO SICURE