

## L'IGIENE DELLE MANI SALVA VITE

Puoi contribuire anche tu a limitare la trasmissione di infezioni ospedaliere:

- Lavandoti le mani
- Chiedendo agli operatori sanitari ed ai visitatori di lavarsi le mani

Testo: riadattato da:  
“Hand Hygiene saves Lives, A patient’s guide”, opuscolo dei CDC (Centers for Diseases Control) e da:  
“Germi Lontani? lava le tue mani!” Opuscolo Informativo dell’AUSL di Rimini

I disegni in prima pagina sono tratti dal: 1° concorso:  
“Ti sei lavato le mani?” Azienda Ospedaliera di Padova, 2013

F.B. 1° premio categoria 2-5 anni  
P. DB, 1° premio categoria 5-10 anni

Rev 01 del 03/02/2020

## E durante la stagione Influenzale?

- Resta a casa se sei influenzato
- Copri bocca e naso con un fazzoletto di carta quando tossisci e starnutisci
- Elimina il fazzoletto usato nel cestino dei rifiuti
- Esegui l’igiene delle mani



Regione del Veneto  
Azienda Ospedale -  
Università Padova



## IGIENE DELLE MANI Guida per i Pazienti, i loro Familiari ed i visitatori



LE CURE PULITE  
SONO CURE SICURE

## PERCHE'?

### Per prevenire le infezioni ospedaliere

- Le infezioni contratte in Ospedale possono essere difficili da trattare e possono rappresentare un serio rischio per la salute.
- L'igiene delle mani è uno degli strumenti più importanti per prevenire la diffusione di infezioni (da infezioni comuni come l'influenza stagionale, fino a infezioni molto difficili da trattare come quelle da batteri multi resistenti agli antibiotici).
- Tutti i pazienti sono a rischio di infezioni ospedaliere.

## QUANDO?

- Prima di mangiare o di toccare gli alimenti
- Prima di toccarti il naso, la bocca e gli occhi
- Dopo l'utilizzo della toilette
- Dopo esserti soffiato il naso, aver tossito o starnutito
- Dopo aver toccato le superfici in ospedale, quali: spondine del letto, comodino, maniglie della porta, telecomandi.

## COME ?

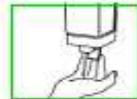
### Con acqua e sapone:

- Quando le tue mani sono visibilmente sporche
- Dopo che sei stato in bagno
- Prima di mangiare o di preparare il cibo.

### Lavaggio con acqua e sapone



Bagna  
le mani  
con l'acqua.



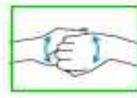
Applica una  
quantità di  
sapone  
sufficiente per  
coprire tutta la  
mano



Friziona le  
mani palmo  
contro  
palmo



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



Dorso delle  
dita contro il  
palmo  
opposto  
tenendole  
strette tra loro



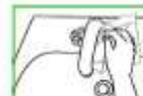
Frizione  
del pollice  
sinistro stretto  
nel palmo  
destro e  
viceversa



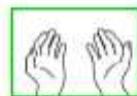
Frizione in avanti  
e indietro con le  
dita della mano  
destra strette tra  
loro nel palmo  
sinistro e  
viceversa.



Risciacqua le  
mani con l'acqua e  
asciugale con una  
salvietta



Usa la  
salcietta per  
chiudere il  
rubinetto



Una volta  
asciutte, le tue  
mani  
sono sicure!

o

### Con soluzione alcolica:

- Quando le tue mani non sono visibilmente sporche
- Se acqua e sapone non sono disponibili

### Frizione con gel alcolico



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



Frizionare  
le mani palmo  
contro palmo



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



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



Frizione rotazione del  
pollice sinistro stretto  
nel palmo  
destro e viceversa



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



Una volta  
asciutte, le tue  
mani  
sono sicure!