1. AMAÇ

Kurumumuzda sağlık hizmetiyle ilişkili enfeksiyonların ve çapraz bulaşmaların önlenmesi amacıyla sağlık personeli, diğer çalışanlar, hasta/hasta yakını ve ziyaretçiler için uygun el temizliği yöntemlerini belirlemektir. El hijyeni sağlık hizmetleri ile ilişkili enfeksiyonları önlemede en önemli yoldur.

2. KAPSAM

Tüm bölüm/birimlerinde çalışan personeli kapsar.

3. KISALTMALAR

EKK: Enfeksiyon Kontrol Komitesi

4. TANIMLAR

4.1. El hijyeni: El yıkama, antiseptik el yıkama, alkollü el antiseptiği ile el ovalama veya cerrahi el antisepsisini ifade etmek için kullanılan genel bir terimdir. Enfeksiyonların yayılımını kontrol etmede en etkili metottur. Eldiven kullanımı asla el hijyeninin yerini alacak bir uygulama değildir.

El antisepsi/dekontaminasyon/bakterilerden arındırma: Antiseptik çözeltiyle el yıkama veya alkollü el antiseptiği ile el ovalama yoluyla mikroorganizmaların çoğalmasının azaltılması ya da yavaşlatılması.

4.3. Alkollü El Antiseptiği: Geçici florada bulunan mikroorganizmaların sayısını azaltmak amacıyla, suyla yıkamaya ve kurulamaya gerek olmaksızın, doğrudan ellere uygulanan ve genellikle %60-95 oranında alkol içeren çözelti.

4.4. Antiseptik El Yıkama: Ellerin suyla ve antiseptik ajan içeren bir sabunla yıkanması.

4.5. Cerrahi El Antisepsisi: Cerrahi girişimler öncesinde ameliyat ekibi tarafından ellerdeki geçici florayı tamamen uzaklaştırmak ve kalıcı florayı azaltmak amacıyla uygulanan antiseptik el yıkama veya alkollü el antiseptiği ile ovalama işlemi.

4.6. Normal Sabun: Antimikrobiyal ajan içermeyen veya sadece prezervatif etkisi gösteren çok düşük konsantrasyonda antimikrobiyal ajan içeren deterjan.

El yıkama: Düz veya antimiktobiyal sabun ve su ile ellerin yıkanması.

4.7. Antiseptik Ajan: Geçici florada bulunan mikroorganizmaların sayısını azaltmak amacıyla cilde uygulanan ajanlar (alkol, klorheksidin, hekzaklorofen, iyot, kloroksilenol, kuvaterner amonyum bileşikleri ve triklosan).

4.8. Antimikrobiyal Sabun: Antiseptik ajan içeren sabun (deterjan)

4.9. Susuz Kullanılan Antiseptik Ajan: Su kullanmayı gerektirmeyen antiseptik ajan. Susuz kullanılan antiseptik ajanın uygulanmasını takiben eller, uygulanan çözeltinin tüm yüzeyler ile temas etmesini sağlayacak şekilde kuruyana kadar ovalanmalıdır.

El bakımı: Deri iritasyonu riskini azaltmak için yapılan eylemler.

El temizleme: Fiziksel ya da mekanik olarak elleri kirden, organik materyallerden veya mikroorganizmalardan arındırma amacıyla el hijyeninin sağlanması.

El dezenfeksiyonu: Dünyanın bazı yerlerinde yaygın olarak kullanılan bir terim olup antiseptik el yıkama, antiseptik el ovma, el antisepsi/dekontaminasyon/bakterilerden arındırma, antimokrobiyal sabun ve suyla el yıkama, hijyenik el

antisepsi veya hijyenik el ovma için kullanılır. Dezenfeksiyon genel olarak cansız yüzeyler için kullanılır, fakat el dezenfeksiyonu, bu kılavuzda olmamakla birlikte sık sık literatürdeki el antisepsileri ile aynı anlamda kullanılır.

Hijyenik el antisepsisi: Kalıcı deri florasını etkilemeden geçici mikrobiyal floranın uzaklaştırılması için ellerin antiseptik bir el ovucu veya antiseptik el yıkama yöntemi ile arıtılması.

Hijyenik el ovma: Kalıcı deri florasını etkilemeden geçici mikrobiyal floranın uzaklaştırılması için ellerin antiseptik bir el ovucu ile arıtılması. Bu preparatlar geniş spektrumlu olup hızlı etki ederler ve kalıcı etki gerekli değildir.

Hijyenik el yıkama: Kalıcı deri florasını etkilemeden geçici mikrobiyal floranın uzaklaştırılması için ellerin antiseptik el yıkama yöntemi ile arıtılması. Geniş spektrumlu olmasına rağmen genellikle daha az etkilidir ve hijyenik el ovucudan daha yavaş etki eder.

Cerrahi el antisepsisi/cerrahi el hazırlığı: Ameliyat ekibi tarafından ameliyat öncesinde geçici florayı yok etmek ve kalıcı deri florasını azaltmak için uygulanan antiseptik el yıkama veya antiseptik el ovma yöntemi. Bu antiseptikler genellikle kalıcı antimiktobiyal aktiviteye sahiptirler. Cerrahi el fırçalama/cerrahi öncesi el fırçalama terimi antimikrobiyal sabun ve su ile ellerin ameliyata hazırlanması anlamına gelir**. Cerrahi el ovma** ise susuz, alkol bazlı bir el ovucu ile cerrahi el hazırlığı anlamına gelir.

5. SORUMLULAR

Üst Yönetim

Enfeksiyon Kontrol Komitesi

Kalite Yönetimi

Birim/Bölüm Sorumluları

Birim/Bölüm Kalite Temsilcileri,

Çalışan Tüm Personel

6. FAALİYET AKIŞI

6.1. ÇALIŞANLAR, EL HİJYENİ KONUSUNDA BİLGİLENDİRİLMELİ VE TEŞVİK EDİLMELİDİR.

6.1.1. Sağlık çalışanlarına yıllık eğitim planımız kapsamında yılda birkez el hijyeni ile ilgili eğitim verilmektedir.

6.1.2. Eğitimlerin şekli, içeriği ve periyodu, meslek grupları ile çalışanların bilgi ve davranış düzeyine göre planlanmaktadır. Eğitim programlarının, etkin ve verimli bir şekilde düzenlenmesi sağlanmaktadır.

6.1.3. El hijyeni ile ilgili eğitim dokümanı asgari aşağıdaki konuları kapsamaktadır.

6.1.3.1. El Hijyeninin Önemi

El temizliği bireysel hijyenin ilk adımıdır. El yıkama, günlük yaşantı içinde her şeyden önce kişinin kendi sağlığı için önemliyken, çalışma ortamında, diğer kişilerin sağlığı için de önem kazanmaktadır. Başta sağlık sektörü olmak üzere birçok iş kolunda, çalışanların el yıkamasındaki aksaklıklar, toplumu tehdit eden ciddi sorunlara yol açabilmektedir. Hastanede yatan hastaların hastane enfeksiyon riskleri yüksektir. Enfeksiyon oluşumunun önlenmesinde en kolay ve etkin yollardan biri, tüm sağlık çalışanları, hasta ve ziyaretçileri tarafından el hijyeni kurallarına uyulmasıdır. Hastane enfeksiyonları (nozokomiyal enfeksiyonlar) hastanede yatış süresini, morbidite ve mortaliteyi ve tedavi maliyetlerini artıran en önemli nedenlerden birisidir. Özellikle sağlık personelinin elleri, mikroorganizmaların hastadan hastaya yayılmasında önemli bir rol oynamaktadır. Bu nedenle yetersiz el hijyeni, gelişmiş ve gelişmekte olan ülkelerde halen yaygın olarak görülen hastane enfeksiyonlarına neden olan başlıca etmenler arasında yer almaktadır.

6.1.3.2. El Hijyeni Endikasyonları

El Hijyeninde 5 Endikasyon Kuralı

- Aseptik işlemlerden önce
- Hasta ile temas öncesinde
- Hasta ile temas sonrasında
- Vücut sıvıları ile temas sonrasında
- Hasta çevresindeki yüzeylerle temas sonrasında el hijyeni sağlanmalıdır.

Eller Hastane Ortamında Sıvı Sabun ve Su ile Aşağıda Belirtilen Durumlarda Yıkanmalıdır

- Gözle görülür kir varlığında
- Proteinasöz materyalle kontamine ise
- Kan veya diğer vücut sıvıları ile kirlendi ise
- Spor yapan bakterilerle ispatlı veya düşünülen enfeksiyon varlığında
- Hasta ile her temas öncesinde ve sonrasında
- Hasta bakımında kullanılan aletlere temas öncesinde ve sonrasında
- İnvaziv işlemler öncesinde ve sonrasında
- Eldiven giyme öncesinde ve sonrasında
- Hasta çevresi ile temas öncesinde ve sonrasında
- Vücut sıvı ve sekresyonları ile bütünlüğü bozulmuş cilt ile veya mukoz membranlarla temas sonrasında
- Hasta ile temasta önce kontamine bir alana temas edilmesi gerekti ise, bundan sonra temiz alana yapılacak temas öncesinde
- El antiseptiği ile her beş ovalama işlemi sonrasında bir kez eller yıkanmalıdır veya el antiseptiği içerisindeki yumuşatıcı maddenin ellerde birikme hissine sebep olduğu aşamada eller yıkanmalıdır
- Tuvalete sonrası ellerin su ve sabunla yıkanması gereklidir.

El Yıkama İşlemi Aşağıdaki Aşamalar İzlenerek Gerçekleştirilmelidir

- El yıkamanın etkinliği, süresi ve tekniğine bağlıdır.
- Eller sabun ve su ile yıkanacağı zaman önce su ile ıslatılır, 3-5 ml sıvı sabun ele alınır, avuç içleri, her iki elin yüzeyi, parmak araları ve başparmak sabun ve suyla iyice ovulmalı, takiben her iki elin parmak uçları, diğer avucun içerisinde ovularak kaba kirlerinden arındırılmalıdır. Bu işlem 30-60 saniye süre ile yapılmalıdır.
- Akan su altında eller iyice durulanmalıdır
- Temiz ellerle musluk ellenmemelidir
- Tek kullanımlık kâğıt havlu ile eller kurulanmalıdır, kullanılan kâğıt havlu kurulama sonrası musluğu kapatmak için kullanılmalıdır.

● Sıvı sabun dağıtıcılarında sabun azaldığında, dağıtıcıda kalan az miktarda sabun boşaltılmalı, kap iyice yıkanmalı ve tam olarak kuruması beklendikten sonra tekrar sıvı sabun ile doldurulmalıdır.

● İşlem sırasında dermatit riskini artırabileceğinden sıcak su kullanılmamalıdır.

6.1.3.3. El hijyeni Sağlama Yöntemleri

Sosyal el yıkama: Sosyal hayattaki el temasını gerektiren kirli/kontamine tüm rutin işlemlerden sonra ellerdeki geçici florayı uzaklaştırmak amacıyla yapılan işlemdir. Su ve antimikrobiyal olmayan katı/sıvı sabunla yapılabilir. Kalıcı flora etkilenmez.

Hijyenik el yıkama: Ellerdeki geçici florayı uzaklaştırmak amacıyla antiseptik (iyodoforlar, klorheksidin, triklosan, vb) içeren sabunlarla yapılan el yıkamadır. Kalıcı flora bakterileri de kısmen etkilenir. Yıkama süresi 20-30 saniye olmalıdır.

El antisepsisi: Ellerdeki geçici floranın etkili ve hızlı bir şekilde uzaklaştırılmasıdır. Kalıcı floranın azaltılması amaçlanmaz. Ellerde görünür kirlenme olmamalıdır. Avuç içine 3-5 ml el antiseptiği alınarak eller kuruyana dek ovulmalıdır.

Cerrahi el yıkama: Amaç, geçici florayı yok etmek, kalıcı florayı ise olabildiğince azaltmaktır. Antiseptik özelliği olan ajanlar kullanılmalıdır. Her türlü invazif girişim ve cerrahi müdahale öncesinde ellerin su ve antimikrobiyal sabunla yıkanarak fırçalanması esasına dayanır.

Yıkama süresi en az 2-6 dakika olmalıdır. Eller ve dirseklere kadar kollar yıkanmalı ve steril havlu ile kurulanmalıdır. Ellerde takı olmamalı ve tırnaklar kısa olmalıdır.

Tüm cerrahi girişimlerden önce, cerrahi el yıkamadan sonra, eldiven giyilir.

6.1.3.3. Eldiven kullanımı ile ilgili kurallar

Eldiven Kullanımında Temel İlkeler

● Eldiven el yıkama yerine kullanılmamalıdır.

● Eldiven giymeden önce ve eldiven çıkarıldıktan sonra el hijyeni sağlanmalıdır.

● Eldiven giyilmesinin, ellerin kontaminasyonuna karşı tam bir koruma sağlamadığı konusunda personel bilgilendirilmelidir.

● Eldiven giyme endikasyonu ortadan kalkar kalkmaz eldiven çıkarılmalıdır.

● Eldivenli eller yıkanmamalı, üzerine alkol bazlı el dezenfektanı uygulanmamalıdır.

● Bir hastaya bakım verdikten sonra eldiven çıkarılmalıdır.

● Aynı eldiven birden fazla hastanın bakımı için kullanılmamalıdır.

● Aynı eldivenle asla iki farklı girişimde bulunulmamalıdır.

● Eldivenler yıkanmamalı ve yeniden kullanılmamalıdır.

● Hasta bakımı sırasında, kontamine vücut bölgesinden temiz vücut bölgesine geçileceği zaman eldiven değiştirilmelidir.

● Hastaların farklı vücut bölgelerine uygulanan işlemlerde, her işlemden sonra el hijyeni sağlanmalı ve eldiven değiştirilmelidir.

● Hastadan hastaya geçerken eldiven değiştirilmelidir.

● İzole hasta odasından çıkmadan önce eldivenler dikkatli bir şekilde çıkartılmalı, el hijyeni sağlanmalı ve odada bulunan kontamine araç-gereç ve çevre yüzeylerine dokunulmamalıdır.

Tüm cerrahi girişimlerden önce, cerrahi el yıkamadan sonra, eldiven giyilir.

Steril Eldiven kullanılması Gereken Durumlar

●Herhangi bir cerrahi işlem ya da müdahalede hastanın steril vücut bölgesine yapılacak tüm girişimlerde .

●Kullanılacak malzemelerin sterilitesinin korunması gereken durumlarda.

6.1.3.3. El Antiseptikleri İle İlgili Genel Bilgiler

● Antiseptiklerin doğru seçimi önemlidir.

● En kısa sürede en etkili, az irritan, nonallerjen antiseptikler tercih edilmelidir.

● Mümkün olduğunca küçük, kısa süreli kullanıma uygun ambalajlarda alınmalıdır.

● Kullanma kapları kolla veya ayakla kumanda edilebilir, pedallı türden olmalı, negatif basınçla geriye hava emmemelidir.

● Bu tür kaplar kullanımdan sonra yeniden doldurulmadan önce mutlaka yıkanıp kurutulmalı ve steril edilmelidir.

● Solüsyon kabı doldurulabilen tip olmamasına özen gösterilmelidir.

● Sabunla yapılan ön yıkamalarda kullanılacak sabunun da medikal olmasına dikkat edilmelidir.

● El antiseptiği AÇILDIKTAN SONRA ÜZERİNE TARİH ATILMALI, 60 gün içerisinde tüketilmeli, tükenmediyse atılmalıdır.

● Alkol içerdiği için sigara veya ateş ile yaklaşılmamalıdır.

● Alkol bazlı el antiseptikleri, cilde kaybettiği nemi geri kazandıracak yumuşatıcı maddeler içermelidir.

● Tırnaklar, tırnak yatağını geçmeyecek uzunlukta olmalıdır.

6.1.3.4. “El Hijyeni için 5 Endikasyon" yaklaşımının simülasyonları

El Hijyeni için 5 Endikasyon" yaklaşımının simülasyonları bölümlerde asılmaktadır.

6.1.3.5. Alkol Bazlı El Antiseptikleri İle İlgili Alınması Gereken Güvenlik Önlemleri

● Alkol en önemli antiseptik ajan olmasına rağmen deride kuruluk ve daha az deride irrilasyona yol açabilir. Etanol, isoproponol ve n-proponal’a göre daha az irritasyona neden olur. Bu yan etkilerden korunmak için glisenol ve uçucu slikon yayılan gibi nemlendiriciler ilave edilebilir.

● Alkol bazlı el antiseptikleri kolayca alevlenebilir. Bu nedenle saklama ve kullanma esnasında dikkatli olmak gerekir. Bu nedenle antiseptik ajanlar +5 derecelik ile +16 derecelik sıcaklık aralığında iyi havalandırılmış ve orijinal ambalajlarında saklanmalıdır.

● Son tarihi geçen ürünler kullanılmamalı.

● Yanlışlıkla dökülmesi durumunda yangın ve patlamaya karşı tedbirler alınmalı.

● Eldiven giymeden önce uygulanan alkol bazlı el antiseptiğinin tam olarak kurumuş olmasına dikkat edilmeli!

● Tam kuruma sağlanana kadar eller ovalanmaya devam edilmeli

● Uçucu ve yanıcı olduğu unutulmamalı

● Göze temas ettirilmemelidir

● Temas anında bol su ile yıkanmalıdır

6.1.4. Sağlık çalışanlarına el hijyenini etkin uygulamasına yönelik teşvik edici çalışmalar yapılmaktadır.

Kurumumuzda sağlık çalışanlarına el hijyenini etkin uygulamasına yönelik teşvik edici çalışmalar yapılmaktdır.

● Bilgi sistemleri üzerinden uyarıcı mesajlar gönderilmesi,

● Başarılı çalışanların ilan edilmesi, ödüllendirilmesi veya çalışana belge verilmesi,

● Konuya ilişkin özel etkinliklerin düzenlenmesi,

● Çalışanların el hijyeni malzemeleri ve konu ile ilgili yaşadıkları sorunlar hakkında görüş ve önerilerinin alınması,

● El hijyeni gözlem sonuçlarının ilgili çalışanlarla paylaşılması,

● Verilerin ve sonuçların ulusal ve uluslararası konferanslarda sunulması

6.2. SAĞLIK HİZMETİ SUNULAN ALANLARDA EL HİJYENİNİ SAĞLAMAYA YÖNELİK GEREKLİ MALZEMELER BULUNMALIDIR.

6.2.1. Kurumumuzda sağlık hizmeti sunumu sırasında çalışanın kolay erişebileceği şekilde eldiven ve el antiseptiği bulunmaktadır.

● El antiseptiği, ilgili hasta bakım alanının özelliğine göre; her yatak başında, iki yatak arasında veya hasta bakımı sırasında çalışanın kolay ulaşmasının mümkün olduğu bir konumda bulunabilir.

● Hizmet verilen hasta popülasyonu açısından risk taşıması nedeni ile çocuk hastalara hizmet verilen alanlarda el antiseptik kutularının çocukların ulaşamayacağı yerlerde bulundurulur.

6.2.2. El yıkama alanlarında el hijyenini uygun şekilde sağlamaya yönelik altyapı ve ekipman (sıvı/köpük el sabunu, kağıt havlu, pedallı/sensörlü çöp kovası vb.) bulunmaktadır.

6.2.3. El hijyeni ürünlerinin birim bazında uygun yerde ve yeterli şekilde bulunma durumu düzenli aralıklarla Enfeksiyon Kontrol Hemşiremiz tarafından kontrol edilir ve kaydedilir.

6.3. PERSONELİN EL HİJYENİ BİLİNCİ VE UYGULAMA DÜZEYİ ÖLÇÜLMELİDİR.

6.3.1. Ulusal ve uluslararası geçerliliği olan ölçekler ile personelin el hijyeni bilinci ve el hijyeni uygulama düzeyi en az yılda bir kez ölçülmektedir.

Personelin el hijyeni bilinci ve el hijyeni uygulama düzeyinin izlenmesi için "El Hijyeni İnanç Skalası (EHİS)", "El Hijyeni Uygulama Skalası (EHUS)" gibi ölçeklerden faydalanılır.

6.3.1. İdari ve teknik personel dışında, hastaya hizmet sunumunda görev alan tüm personel ölçek uygulamasına dahil edilir.

6.3.1. Ölçüm sonucuna göre iyileştirmeye yönelik gerekli faaliyetler yapılmalıdır.

6.4. ÇALIŞANLARIN EL HİJYENI KURALLARINA UYUMU DEĞERLENDİRİLMELİDİR.

6.4.1. "El Hijyeni Beş Endikasyon Gözlem Formu" ile çalışanlara yönelik haberli gözlemler yapılmaktadır.

Gözlemler, asgari aşağıdaki kurallar çerçevesinde gerçekleştirilir:

- Gözlemler, bir yıllık süreç içinde tüm hasta bakım alanlarını kapsayacak şekilde gerçekleştirilmektedir.
- Gözlemler, en az üç ayda bir analiz edilir.
- Epidemi şüphesi veya riski olduğu durumlarda, ilgili kliniklerde gözlem sıklığı ve sayısı artırılır.
- Gözlemciler konu ile ilgili eğitim almıştır.

6.4.2. El hijyeni gözlem sonuçları yönetim ve ilgili birimlerle paylaşılır, çalışanlar birimlerine ait gözlem sonuçları hakkında bilgi sahibi olur.

7. İLGİLİ DÖKÜMANLAR

- El Hijyeni Beş Endikasyon Gözlem Formu


ELLERİMİZİ NASIL YIKAMALIYIZ?
Ellerimizi yıkarken,
Bol su ve sabun kullanmalı,
Ellerimizi en az 10-15 saniye iyice ovuşturmalı,
Parmak aralarını ve tırnak altlarını iyice temizlemeli,
Toplam el yıkama süremiz 40-60 saniye olmalıdır.
1 Ellerimizi suyla ıslatalım
2 Yeterince sabun alalım
3 Sabunu avuç içimizde iyice köpürtelim
4 Sol elin üstünü sağ elle, sağ elin üstünü sol elle ovalayalım
5 Parmaklarımızı iç içe geçirip ovalayalım
6 Parmaklarımızı kenetleyip ovalayalım
7 Başparmaklarımızı ovalayalım
8 Parmak uçlarını avuç içimizde ovalayalım
9 Ellerimizi bol suyla durulayalım
10 Kağıt havluyla kurulayalım
11 Musluğu havluyla kapatalım
12 Ellerimiz artık tertemiz...
T.C. Sağlık Bakanlığı
Sağlığın Geliştirilmesi Genel Müdürlüğü
/sbsggm


ALKOL BAZLI EL DEZENFEKTANI KULLANIM TALİMATI
20/30 Saniye
1
ELİNİZE YETERLİ MİKTARDA (EN AZ 3ml) ANTİSEPTİĞİ ALIN
2
ANTİSEPTİĞİ EL ve AVUÇ İÇLERİNİZE SÜRÜN
3
SAĞ ELİNİZLE SOL ELİNİZİN, SOL ELİNİZLE SAĞ ELİNİZİN SIRTINI OVALAYIN
4
AVUÇ İÇLERİNİ PARMAKLARINIZI DA TEMİZLEYECEK ŞEKİLDE OVALAYIN
5
PARMAK SIRTLARINI DİĞER ELİN AVUCUNUN İÇİNE SÜREREK YEDİRİN
6
SOL ve SAĞ BAŞPARMAĞINIZ AVUÇ İÇLERİ DAHİL DEZENFEKTANI ELİNİZE YAYINIZ
7
ELİNİZİ SAĞDAN KAVRAYARAK DÖNEL ŞEKİLDE AVUÇ İÇLERİ DAHİL DEZENFEKTE ET
8
ANTİSEPTİK KURUDUKTAN (20-30sn) YETERLİ EL HİJYENİ SAĞLANMIŞ OLUR


EL HİJYENİ İÇİN 5 ENDİKASYON
EL HİJYENİ (YIKAMA/ALKOLLÜ EL ANTİSEPTİĞİ) NE ZAMAN GEREKLİ?
1
HASTA İLE TEMASTAN
ÖNCE
2
HASTA İLE TEMASTAN
SONRA
3
VÜCUT SIVILARI İLE TEMASTAN ve
ELDİVENLERİ ÇIKARDIKTAN
SONRA
4
ASEPTİK İŞLEMLERDEN
(Ağız bakımı, sekresyonların aspirasyonu,
yara bakımı, kateter takılması, ilaç ve gıda
hazırlaması gibi.) ÖNCE
5
HASTA ÇEVRESİNDEKİ
YÜZEYLERE TEMASTAN
SONRA
LÜTFEN UNUTMAYALIM!
HASTANE ENFEKSİYONLARINI ENGELLEMENİN EN ETKİN YOLU EL HİJYENİDİR
onlinelevha.com
LN 3602