

Всемирный день чистых рук

15 октября был «Всемирный день чистых рук», который не теряет свою актуальность никогда и нигде, особенно в сложившейся сложной эпидемиологической обстановке.

«Всемирный день чистых рук» (Global Handwashing Day) был учрежден Генеральной Ассамблеей ООН совместно с Детским фондом ЮНИСЕФ и Всемирной организацией здравоохранения в 2008 году и проводится ежегодно.

Известно, что грязные руки являются фактором передачи целого спектра инфекционных и паразитарных заболеваний, в том числе дизентерии, гепатита А, брюшного тифа, ротавирусных инфекций, глистных инвазий, острых респираторных заболеваний и множества других. Передача возбудителей осуществляется как напрямую, например, через простое рукопожатие, так и опосредованно, через контаминированные поверхности, мягкие игрушки и средства обихода.

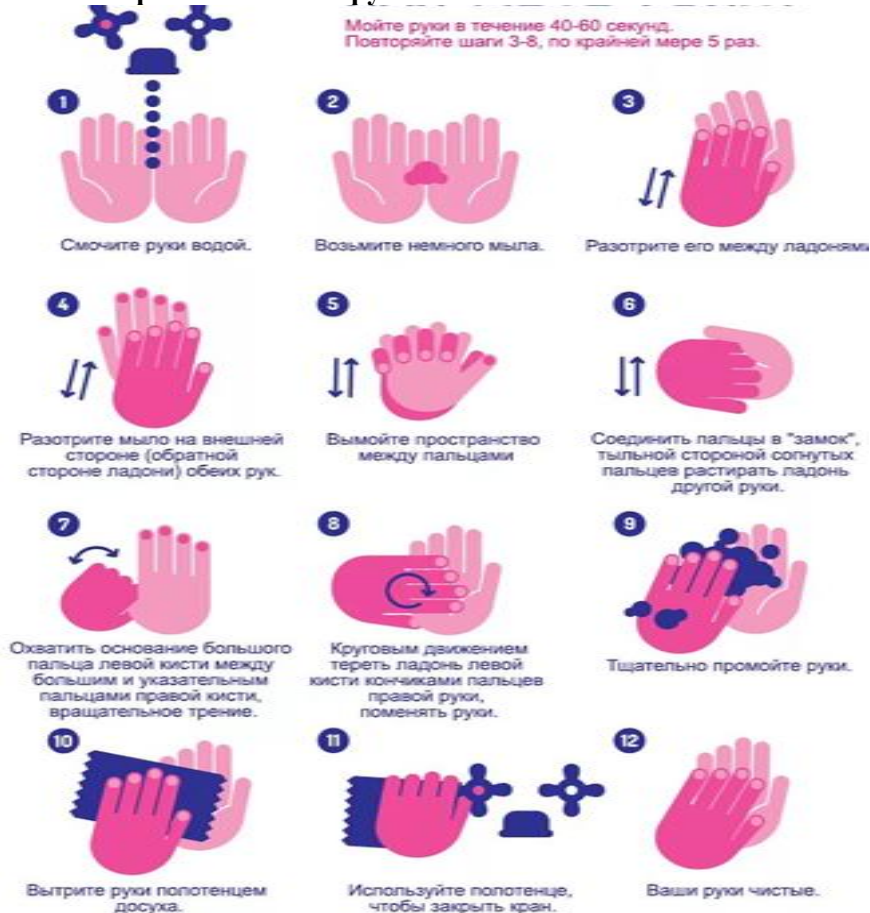
Простое мытьё рук с мылом помогает удалить с поверхности кожи до 90% микроорганизмов и позволяет значительно снизить передачу инфекций контактно-бытовым путем. Доказано, что эта нехитрая процедура позволяет снизить уровень диарейных заболеваний более чем на 40%, а респираторных инфекций – почти на 25%, если при возвращении домой из общественных мест или после поездки в общественном транспорте, после посещения туалета и перед едой всего лишь тщательно вымыть руки.

Когда нужно мыть руки?

- после посещения туалета;
- перед приготовлением еды;
- перед употреблением еды;
- после прикосновения к сырому мясу и рыбе;
- после чихания или кашля;
- после прикосновения к животным;
- после посещения общественных мест и транспорта;
- после уборки;
- после ухода за больными;
- после контакта с вещами и выделениями больного.



Как правильно мыть руки?



1. Намочите руки проточной водой.
2. Намылите жидким мылом, мылом-пенной или кусковым мылом.
3. Взбейте пену и распределите ее по ладоням и их тыльным сторонам, а также пальцам.
4. Трите руки как минимум 20-30 секунд. Не забудьте тщательно вымыть не только ладони, но и их тыльную сторону, запястья, область между пальцами и под ногтями.
5. Тщательно смойте пену в течение 10 секунд под струей воды, стараясь не разбрызгивать воду.
6. Вытрите руки насухо, желательно одноразовым бумажным полотенцем.
7. После мытья закрывайте кран бумажным полотенцем — перед мытьем его всегда касаются грязными руками.
8. Выбрасывайте бумажное полотенце в мусорное ведро, не дотрагиваясь до него.

Врач по гигиене детей и подростков филиала Федерального бюджетного учреждения здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области в Чкаловском районе города Екатеринбурга, городе Полевской и Сысертском районе»

Согласованно:

И.О. Главного государственного санитарного врача в Чкаловском районе города Екатеринбурга, в городе Полевской и в Сысертском районе

И.О. Начальника территориального отдела Управления Роспотребнадзора по Свердловской области в Чкаловском районе города Екатеринбурга, в городе Полевской и в Сысертском районе

Нестерова И.В.

Шатова Н.В.

