

# SİVAS AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞI EL HİJYENİ VE EL YIKAMA TALİMATI

## 1. AMAÇ

Hastane enfeksiyonlarının sağlık personeli, hasta, hasta refakatçileri ve ziyaretçiler tarafından ellerle aracılığı ile çapraz bulaşmasını engellemek için el temizliği ve eldiven kullanım yöntemlerini belirlemektir.

## 2. KAPSAM

Hastanedeki tüm çalışanları, hasta, hasta refakatçileri ve ziyaretçileri kapsar.

## 3. UYGULAMA

### 3.1. Sosyal El yıkama

Ellerin su ve sabun ile yıkanarak kalıcı flora etkilenmeden, kirler ve geçici mikroorganizma florasının uzaklaştırılmasıdır.

1. Eller önce su ile ıslatılmalı, sıvı sabun avuca alınmalıdır.

2. En az **30 sn** süre ile avuç içleri ve parmak araları başta olmak üzere eller tüm yüzey ve parmakları kapsayacak şekilde kuvvetlice ovulmalıdır.

3. Eller su ile durularak durulama parmak uçlarından dirseklere doğru yapılmalı, parmaklar yukarı gelecek şekilde tutularak kontamine suyun dirsekten ele doğru akışı engellenmelidir.

4. Eller havlu ile kurulmalı, **musluk kağıt havlu** kullanılarak kapatılmalıdır.

5. Hasta temasları arasındaki tekrar yıkamalarda **15 sn** süreyle yıkamak yeterlidir.

### 3.2. El Antiseptisi ve Hijyenik El Yıkama

Ellerin hijyenik olarak antiseptik sabun ile yıkanması veya el antiseptiği kullanılarak kuvvetlice ovalanmasıdır. Esas amaç geçici florayı daha etkin ve kısa sürede ortadan kaldırmaktır. Riskli durumlarda ve enfekte hastalarla temastan önce ve sonra kullanılır.

1. Eller su ile ıslatılmalı, 3-5 ml antiseptik sabun avuca alınmalıdır.

2. Klorheksidin kullanılıyorsa **1 dk**, povidin iyot kullanılırsa **2 dk** süre ile avuç içleri ve parmak araları kapsayacak şekilde kuvvetlice ovuşturulmalıdır.

3. Eller su ile iyice durulanır, durulama parmak uçlarından dirseklere doğru yapılır, parmaklar yukarı gelecek şekilde tutularak, kontamine suyun dirsekten ele doğru akışı önlenmelidir.

4. Eller havlu ile kurulanıp musluk kağıt havlu kullanılarak kapatılmalıdır.

### 3.3. Cerrahi El Yıkama ve Ovalama

Ellerin operasyon öncesinde cerrahi personel tarafından geçici florayı yok etmek ve kalıcı florayı azaltmak amacıyla yıkanmasıdır.

1. Önce; varsa saat, yüzük, bilezik vb takılar çıkarılmalıdır.

2. Antiseptik (klorheksidin veya povidin iyot) sabun alınıp (15-25ml) eller dirseklere kadar ovularak **3-5 dk** süre ile yıkanmalıdır.

3. Günün ilk ameliyatında ayrıca tırnak dipleri **30 sn** süreyle fırçalanmalıdır, Cilt bütünlüğü bozulabileceği için tırnak dipleri haricindeki cilt fırçalanmamalıdır. Ara yıkamalarda **2 dk** süre ile yıkamak yeterlidir.

4. Eller su ile iyice durulanıp, durulama parmak uçlarından dirseklere doğru yapılarak steril kağıt havluyla kurulmalıdır.

4. Alkol bazlı el antiseptikleri kullanılacaksa eller önce su ve sabunla yıkanıp kurulmalıdır.

5. Hızlı etkili alkol bazlı antiseptiklerle (3-5 ml) eller ve kollar kuru kalmayacak şekilde ıslatılıp ovulmalıdır. İşlem günün ilk ameliyatı için **3 dk**, sonraki uygulamalarda **1 dk** süre ile yapılmalıdır.

6. Eller parmak uçları yukarı gelecek şekilde tutularak, kendi halinde kuruması sağlanıp, steril eldiven giyilmesi için ise tamamen kuruması beklenmelidir.

### 3.4. Eldiven Kullanımı ve El Dezenfeksiyonu

1. Çapraz (sağlık personelinin elinden hastalara veya steril malzemelere, hastadan sağlık personeline ya da sağlık personelinin eliyle hastadan hastaya) bulaşmaları önlemek için **eldiven** giyilmelidir.

2. Eldiven bulaşma riskini tamamen ortadan kaldırmadığı için, **el yıkama yerine geçmeyeceği** bilinmelidir.

4. Eldiven **giymeden önce** ve eldiven çıkarıldıktan **sonra eller** mutlaka yıkanmalıdır.
5. Aynı eldivenle asla **iki farklı girişimde** bulunulmamalıdır.
6. Temas izolasyonu uygulanan hastaların odasına girerken, hastayla ya da hasta çevresindeki her türlü yüzeyle temas öncesinde **temiz, steril olmayan** eldiven giyilmelidir.
7. Hastanın odasını terk etmeden önce eldivenlerin çıkarılmalı ve eller antimikrobiyal bir ajanla yıkanarak ya da su içermeyen alkollü el antiseptikleri kullanılarak **dezenfekte** edilmelidir.
8. Hasta bakımı sırasında yoğun kontaminasyona neden olabilecek işlemleri takiben (gaita ve enfekte yaraların drenajı ile direkt temas) **eldivenler değiştirilmelidir**.
9. Sağlık personelinin elinde **kesik, çizik ve çatlaklar** olduğunda rutin işlemler sırasında kendini korumak için eldiven giymelidir.

**Tablo:1 Sosyal El Yıkama, El Antisepsisi, Cerrahi El Antisepsisi ve Eldiven Kullanımı**

Uygulamaların yapılması gereken zamanlar	El Yıkama	El Antisepsisi	Cerrahi El Antisepsisi	Eldiven Kullanımı
Klinik çalışmalara başlarken ve bitiminde	*	*		
Eller gözle görülür şekilde kirlendiğinde	*			
Bir hastadan diğerine geçerken	*	*		
Eller kan dışkı ve diğer sıvılarla kontamine olduktan sonra	*	*		
Eller kan dışkı ve diğer sıvılarla kontaminasyon olasılığı öncesinde				**
İmmün sistem yetmezliği olan hastalarla temastan önce		*		
Eller temiz görülsün bile hastalarla temas sonrasında	*	*		
Küçük girişimler, pansuman, kan, BOS kültür örneği alma, invaziv girişimler vs den önce sonra	*	*		**
Acil aseptik girişimlerden önce		*		**
Acil aseptik girişimlerden sonra		*		
Cerrahi operasyon öncesi			*	**
Yemekten ve yemek servisinden önce ve sonra	*			
Tuvalete girmeden önce ve sonra	*			