



## **Nemocnice věnuje velkou pozornost** **problematice dekubitů (proleženin), pádů a hygienické dezinfekce rukou**

### **1. DEKUBITY (proleženiny)**

Veškeré informace o dekubitech lze získat na stránce [www.dekubity.eu](http://www.dekubity.eu)

Pro prevenci vzniku dekubitů platí tyto obecné zásady:

- **polohování** (zkracování doby působení tlaku, aby nepřekročil prahovou hodnotu),
- používání **antidekubitních pomůcek** (blokování nepříznivých mechanických vlivů vnějšího prostředí),
- **hygiena** (blokování nepříznivých chemických a infekčních vlivů vnějšího prostředí),
- rehabilitace a včasná mobilizace = normalizace celkového stavu pacienta,
- normalizace celkového stavu – vnitřní prostředí, výživa, krevní oběh, oksyličování, zvládání celkové infekce apod.,
- je nutné pečlivě volit specifický ošetrovací a životní režim vzhledem k danému typu postižení,
- riziková místa a proleženiny nikdy nemasírovat, masáž poškozeného podkoží způsobuje maceraci kůže a degeneraci podkožních tkání, které jsou nejvíce namáhány, zejména u starších lidí, při masírování je podkoží smýkáno!!

### **2. PÁDY**

Prevenci pádů je kladen velký důraz. Vychází z mezinárodních i národních doporučení .

[Odkaz na edukační materiál Fakultní nemocnice Olomouc - "Jak předcházet pádu"](#)



### **3. HYGIENICKÁ DEZINFEKCE RUKOU**

Hygienická dezinfekce rukou (HDR) vychází ze směrnice WHO a věstníku MZ ČR příloha 5 a částka 8/2012.

Jak provádět HDR :

Použijte plnou dlaň alkoholového dezinfekčního přípravku a potřete celý povrch rukou. Třete ruce o sebe, dokud nejsou suché. Při mytí rukou mýdlem a vodou si navlhčete ruce vodou a aplikujte množství přípravku nezbytné k pokrytí celého povrchu rukou. Opláchněte si ruce vodou a pečlivě je osušte ručníkem na jedno použití. Vždy, když je to možné, používejte čistou tekoucí vodu. Vyhněte se používání horké vody; opakované vystavování kůže horké vodě může zvýšit riziko vzniku dermatitidy. K uzavření kohoutku/baterie použijte ručník. Pečlivě si osušte ruce takovým způsobem, který ruce opětovně nekontaminuje. Zajistěte, aby nebyly ručníky používány vícekrát nebo aby je nepoužívalo více lidí.

[Odkaz na edukační video Fakultní nemocnice Olomouc - "Správný postup hygienické dezinfekce rukou"](#)