

ROTINA PARA LAVAGEM DAS MÃOS:

1. Introdução:

A lavagem das mãos é a medida isolada mais importante para evitar a transmissão de um microrganismo de um paciente a outro e de um sítio para outro no mesmo paciente.

È a medida mais barata e de maior impacto no controle das infecções hospitalares.

As unhas devem ser mantidas aparadas e limpas sem esmaltes escuros. Antes da lavagem das mãos devem ser retirados relógios, pulseiras e anéis. Deve-se ter cuidado para não tocar nos próprios cabelos, barba, conduto auditivo e mucosa nasal após a lavagem das mãos.

2. Lavar as mãos sempre:

- ✓ Ao chegar ao setor de trabalho.
- ✓ Ao sair do setor de trabalho.
- ✓ Antes e após o contato com cada paciente.
- ✓ Antes e após a colocação de luvas de procedimento ou estéreis.
- ✓ Sempre que estiverem visivelmente sujas
- ✓ Antes de preparar as medicações.
- ✓ Antes e após administrar as medicações aos pacientes
- ✓ Antes do preparo de materiais e equipamentos.
- ✓ Antes da coleta de materiais para exame.

A Lavagem básica das mãos deve ser feita em todas as situações acima, utilizando-se sabão líquido, neutro ou solução anti-séptica degermante (PVP-I 10% degermante ou Clorexidina 4% degermante), dependendo das características do setor, será feita opção por um ou outro sabão.

3. Técnica para lavagem das mãos:

- ☞ Abrir a torneira e molhar as mãos até ao cotovelos, sem encostar na pia.
- ☞ Aplicar o sabão (3-5 ml) nas mãos e antebraços.
- ☞ Friccionar todas as superfícies no sentido mãos-cotovelos, inclusive unhas, região subungueal, espaços interdigitais e dorso das mãos por cerca de 15 segundos.

- ☞ Enxaguar as mãos em água corrente, retirando totalmente a espuma e os resíduos de sabão, no sentido das mãos para o cotovelo.
- ☞ Enxugar as mãos com papel toalha descartável e, com o mesmo papel, fechar a torneira, desprezando-o no lixo.

4. Anti-sepsia das mãos com álcool glicerinado 2% (Álcool-gel):

- Substitui a lavagem das mãos se estas estiverem visivelmente limpas
- Deverá ser feita sempre antes e após o contato com o paciente, administração e preparo de medicamentos, etc.
- Aspergir o álcool glicerinado na palma da mão
- Friccionar até secar, em toda a superfície das mãos e punhos.

5. Preparo das mãos para procedimentos invasivos ou cirúrgicos:

- Molhar as mãos até os cotovelos.
 - Aplicar solução anti-séptica degermante (PVP-I 10% ou clorexidina 4%), no sentido mãos cotovelos, inclusive unhas, região subungueal, espaços interdigitais, dorso e palmas das mãos.
 - Friccionar com escova de cerdas macias todas as superfícies, sempre no sentido mãos-cotovelos.
 - Enxaguar com água corrente, deixando o excesso de água escorrer pelos cotovelos.
- Secar bem com compressa estéril, começando pelas mãos e terminando pelos cotovelos.
Fechar a torneira com a compressa ou com o cotovelo, se a torneira for de alavanca.