1. AMAÇ:

Bu talimatın amacı, sağlık hizmetiyle ilişkili enfeksiyonların ve çapraz bulaşmaların önlenmesi amacıyla sağlık personeli, temizlik elemanları, hasta, hasta refakatçileri ve ziyaretçiler için uygun el temizliği yöntemlerini belirlemektir.

2. KAPSAM:

Bu talimat, hastane ortamında hasta bakımı, tedavisi, hastaya uygulanacak invaziv girişimler öncesinde ve sonrasında, cerrahi işlemler öncesinde uygulamaya yönelik standartları kapsar.

3. SORUMLULAR:

Bu talimat, hastanedeki tüm çalışanları, hasta, hasta refakatçilerini ve ziyaretçileri kapsar.

Yöneticilerimizin Sorumlulukları:

El hijyeni sağlamak için malzemelerin sağlanması, el hijyeni uygulamaları için gerekli fiziksel koşulları sağlama, ilgili komite ve çalışan geri dönüşlerinde istenilen düzeltici/önleyici faaliyetlerde yönetime düşen sorumlulukları ile ilgili yönetsel ve finansal destek vermek.

El hijyeni eğitimlerinin yapılmasına, çalışanların uyumu ve motivasyonu için destek olmak ve el hijyeni uyum oranlarını kontrol etmek.

Çalışanların Sorumlulukları:

Sağlık hizmetleri ilişkili enfeksiyonlarının önlenmesi, hasta ve çalışan güvenliği sağlanması için el hijyeni (gerektiğinde, uygun teknik ile doğru ve etkili el hijyeni) sağlamak.

Hasta ve yakınlarına el hijyeni eğitimleri vermek.

4. TANIMLAR:

4.1 Sosyal (normal) El Yıkama:

4.2 Ellerin sabun ve su ile mekanik hareketler (ovma) yaparak yıkanmasıdır. Bu tip yıkama ile kirler ve geçici mikrop florası uzaklaştırılır, kalıcı flora etkilenmez

4.3 Antiseptik:

Ciltte bulunan mikroorganizmaların sayısını azaltmak amacıyla cilde uygulanan ajanlar (alkol, klorheksidin, iyot vb.)

4.4 El Antisepsisi:

Hijyenik (antiseptik kullanarak) el yıkama ve el ovmayı kapsar.

4.5 Hijyenik (Antiseptik Kullanılarak) El Yıkama:

Riskli durumlar için (enfekte hastalarla temastan sonra ve yoğun bakım ünitelerinde hasta ile temastan önce ve sonra) antiseptikler kullanılarak yapılan el temizliğidir.

Kalıcı florayı etkilemekle birlikte esas amaç geçici floranın daha etkin ve kısa sürede ortadan kaldırılmasıdır. Antiseptik solüsyonla veya çabuk etkili alkolik çözeltiler ile ellerin kuvvetlice ovuşturulmasıyla yapılır.

4.6 Cerrahi El Yıkama:

4.7 Cerrahi personel tarafından operasyon öncesinde geçici florayı elimine etmek ve kalıcı florayı azaltmak üzere yapılan el yıkama ve/veya el ovmayı tanımlar.

4.8 Geçici Flora:

Derinin yüzeyel tabakalarında kolonize olan bakterilerdir.

4.9 Kalıcı Flora:

Derinin derin tabakalarına (yağ bezlerinin kanalları, kıl folikülleri, derinin üst katmanları) yerleşmiş olan mikroorganizmalardır.

4.10 Kontaminasyon:

Temiz bir yüzeyin mikroorganizma ile kirlenmesi.

4.11 Hasta Bakımında El Yıkama

- Hasta ile her temas öncesi ve sonrasında el hijyeni sağlanmalıdır.
- Hasta çevresinde bulunan yüzeyler ve tıbbi cihazlara temas ettikten sonra el hijyeni sağlanmalıdır.
- Ellerde vücut sıvı veya salgılarıyla kirlenme olan durumlarda eller yıkanmalıdır.
- Her türlü invaziv girişim (cerrahi girişimler, periferik veya santral damar içi kateter takılması, üretral kateter takılması, endotrakeal entübasyon vb.) öncesinde ve işlem tamamlandıktan sonra el hijyeni sağlanmalıdır.
- Her tür invaziv aletle (üretral kateter periferik veya santral damar içi kateter, endotrakeal tüp, mekanik ventilatör devreleri, drenaj tüp ve kataterleri) temas öncesi ve sonrasında el hijyeni sağlanmalıdır.
- İlaçların hazırlanmasına başlamadan önce el hijyeni sağlanmalıdır.
- Aynı hastada bir bölgeden başka bir bölgeye geçilmeden önce (örn; kateter bakımı yapıldıktan sonra, yara pansumanı yapılacaksa vb.) eldiven çıkarılarak el hijyeni sağlanmalıdır.
- Eldiven giymeden önce ve eldiveni çıkardıktan sonra el hijyeni sağlanmalıdır.

- Tüm çalışanlar işe başlamadan önce, tuvalet kullanımı sonrasında, yemek öncesinde ve işten ayrılmadan önce el hijyenini sağlamalıdır.

UYGULAMA:

5.1. El yıkama adımları ve el ovalama adımlarını gösteren afişler tüm birimlerde çalışanların görebileceği alanlarda bulundurulur.

5.2. El hijyeni ya su ve sabun/antiseptikli sıvı sabunla el yıkama şeklinde ya da hızlı susuz el antiseptiği ile el ovalama şeklinde yapılır.

5.3. El hijyeni için gerekli olan tüm malzemeler (sıvı sabun, kâğıt havlu, hızlı susuz el antiseptiği) Enstitümüz Ayniyat Deposundan temin edilir.

5.4. El yıkamada katı sabun kesinlikle kullanılmamalıdır.

5.5. Cildi tahriş etme olasılığının yüksek olması nedeniyle el yıkamada sıcak su kullanılmamalıdır.

5.6. Tüm çalışanların elleri yıkamaya uygun olmalıdır;

- Tırnaklar tırnak etini geçmeyecek şekilde kısa olmalıdır.
- El ve bileklerde takı (taşlı yüzük, saat, bileklik, bilezik vb.) olmamalıdır. Sadece düz bir yüzük olabilir, yıkarken oynatılarak altı ve çevresinin de temizlemesi sağlanmalıdır.
- Tırnak cilası kullanılabilir ancak, tırnak cilasının zedelenmemiş olması gerekir.
- Forma/önlük kolları bilekleri açıkta bırakacak şekilde kıvrılmış/kısa olmalıdır.

4.12 Sosyal (Normal) Tip El Yıkama:

4.12.1 Eller su ile ıslatılır, sıvı sabun avuca alınır.

4.12.2 En az 30 saniye süre ile avuç içleri ve parmak araları başta olmak üzere eller tüm yüzey ve parmakları kapsayacak şekilde kuvvetlice ovuşturulur.

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

4.12.4 Lif bırakmayan kağıt havlu ile kurulanır, musluk kağıt havlu kullanılarak kapatılır.

4.12.5 Hasta temasları arasındaki tekrar yıkamalarda 15 saniye süre yeterlidir.

4.13 Hijyenik El Yıkama:

4.13.1 Eller su ile ıslatılır, 3 - 5 ml antiseptik sabun avuca alınır.

4.13.2 Klorheksidin kullanılıyorsa 1 dakika, povidon iyot kullanılıyorsa 2 dakika süre ile avuç içleri ve parmak araları başta olmak üzere eller tüm yüzey ve parmakları kapsayacak şekilde kuvvetlice ovuşturulur.

4.13.3 Eller su ile iyice durulanır, durulama parmak uçlarından dirseklere doğru yapılır, parmaklar yukarı gelecek şekilde tutularak, kontamine suyun dirsekten tekrar parmak ucuna akışı önlenir.

4.13.4 Eller lif bırakmayan kağıt havlu ile kurulanır, musluk kağıt havlu kullanılarak kapatılır.

4.14 Hijyenik El Ovalama:

4.14.1 Alkol ancak temiz şartlarda etkili olduğundan görünür kir varsa eller önce su ve sabunla yıkanarak kurutulur.

4.14.2 Alkol bazlı solüsyon 3 - 5 ml bir avuca alınır. İki el birleştirilerek tüm el yüzeyi ve parmaklara temas edecek şekilde 1 dakika süre ile iyice ovuşturulur, kendi halinde kuruması beklenir.

4.15 Cerrahi El Yıkama:

4.15.1 Saat, yüzük ve bileklikler çıkarılır.

4.15.2 Antiseptikli (klorheksidin veya povidon iyot içeren) sabundan 5 ml kadar alınır, el ve kollar ovuşturularak 3 - 5 dakika süreyle yıkanır. Günün ilk uygulamasında ayrıca tırnak dipleri 30 saniye süreyle fırçalanır (antiseptikli sabun emdirilmiş tek kullanımlık sünger/fırçalar cerrahi el yıkama için uygundur). Ara yıkamalarda 2 dakika süre yeterlidir.

4.15.3 Durulama işlemi parmak uçlarından başlayıp dirseklerde bitirilmeli, bu işlem sırasında temizlenen parmak uçlarının tekrar kontamine olmaması için parmak uçları yukarıda, dirsek aşağıda olmalıdır.

4.15.4 Kurulama steril havlu ile yapılmalıdır ve eller tamamen kurulandıktan sonra steril eldiven giyilmelidir.

4.15.5 Ellerin yıkandığı lavabo başka bir amaçla kullanılmamalıdır.

4.16 Cerrahi El Ovalama:

4.16.1 Saat yüzük ve bileklikler çıkartılır.

4.16.2 Alkol ancak temiz şartlarda etkilidir. Bu nedenle ellerde görünür kir varsa eller önce su ve sabunla yıkanarak kurutulur.

4.16.3 Hızlı etkili alkol bazlı ürün 3 - 5 ml kadar ele alınır ve ellere, kollara ovalanarak uygulanır. İşlem süresi günün ilk ameliyatı için 3 dakika olmalıdır. Bu süre boyunca ilave antiseptik alınarak tüm yüzeylerin ıslak kalması sağlanır. Sonraki ameliyatlar için 1 dakika süre yeterlidir.

4.16.4 Parmak uçları yukarı tutularak ellerin kendi halinde kuruması sağlanır. Steril eldiven giymek için tamamen kuruması beklenir.

5. Çalışanların el hijyeni kurallarına uyumu, infeksiyon kontrol hemşiresi tarafından “El Hijyeni Gözlem Formu” kullanılarak yapılır. Edinilen bulgular, HİKK ve ilgili birimlerle paylaşılır; uyumu iyileştirmek için gerekli çalışmalar yapılır.

6. Çalışanların ‘’El Hijyeni Bilinci ve Uygulama Düzeyi‘’ ulusal ve uluslararası geçerliliği olan ölçekler ile yılda bir ölçülür.

7. İLGİLİ DÖKÜMAN:

7.1 El Hijyeni Gözlem Formu

8. DIŞ DÖKÜMAN:

8.1 El Hijyeni İnanç Ölçeği ve Uygulama Envanteri Formu

8.2 Yardımcı Hizmet Personeli El Hijyeni Uyum Ölçeği

EL HİJYENİ
SAĞLAMANIZ GEREKEN
5 DURUM



1 HASTAYLA TEMASTAN ÖNCE	NE ZAMAN?	Hastaya yaklaşırken hastaya temas etmeden önce
	NEDEN?	Hastayı ellerinizde bulunan zararlı mikroplardan korumak için
2 ASEPTİK İŞLEMLERDEN ÖNCE	NE ZAMAN?	Aseptik işlemlerden hemen önce
	NEDEN?	Ellerinizde bulunan zararlı mikropların hastanın vücuduna girmesini önlemek için
3 VÜCUT SIVILARIYLA TEMAS RİSKİNDEN SONRA	NE ZAMAN?	Vücut sıvılarıyla temas riskinden hemen sonra *(ve eldivenleri çıkarttıktan sonra)*
	NEDEN?	Kendinizi ve çevreyi zararlı mikroplardan korumak için
4 HASTAYLA TEMASTAN SONRA	NE ZAMAN?	Hastaya ve eşyalarına temas ettikten sonra hastanın yanından ayrılırken
	NEDEN?	Kendinizi ve çevreyi zararlı mikroplardan korumak için
5 HASTA ÇEVRESİYLE TEMASTAN SONRA	NE ZAMAN?	Hastayla temas etmeseniz bile odasındaki herhangi bir eşyaya veya mobilyaya dokunduktan sonra, ayrılırken
	NEDEN?	Kendinizi ve çevreyi zararlı mikroplardan korumak için

HAZIRLAYAN:	GÖZDEN GEÇİREN/KONTROL EDEN:	ONAYLAYAN:
SÜREÇ SORUMLUSU	KALİTE TEMSİLCİSİ	BAŞHEKİM

ELLERİMİZİ NASIL YIKAMALIYIZ?

GÖZLE GÖRÜNEN KİRLENME OLDUĞUNDA ELLERİNİZİ YIKAYINIZ!

GÖZLE GÖRÜNÜR KİR YOKSA, ALKOLLE OVALAYINIZ!

EL YIKAMA SÜRESİ : 40-60 saniye



HAZIRLAYAN:	GÖZDEN GEÇİREN/KONTROL EDEN:	ONAYLAYAN:
SÜREÇ SORUMLUSU	KALİTE TEMSİLCİSİ	BAŞHEKİM

ELLERİMİZİ ALKOLLE NASIL OVALAMALIYIZ?

EL HİJYENİ İÇİN ELLERİNİ ALKOLLE OVALA!
GÖZLE GÖRÜNÜR KİRLENME OLDUĞUNDA ELLERİNİ YIKA!

EL OVALAMA SÜRESİ : 20-30 saniye



Avuç içine ellerinin tüm yüzeyini kaplayacak miktarda alkol alınız;

Avuç içlerini dairesel hareketlerle ovalayınız;



Sağ avuç içi sol el sırtına gelecek şekilde birleştirdiniz, parmak aralarıyla birlikte ovalayınız, diğer el için de aynı hareketleri yapınız;

Avuç içlerini birleştiriniz, parmak aralarıyla birlikte ovalayınız;

Parmakların arkasını diğer elin avuç içinde birbirine kilitleyerek ovalayınız, diğer el için de aynısını yapınız;



Her iki başparmağı dairesel hareketlerle diğer elin avuç içinde ovalayınız;

Her bir elin parmak uçlarını diğer elin avuç içinde dairesel hareketlerle ovalayınız;

Elleriniz kuruduğunda
ELLERİNİZ GÜVENLİDİR

Dünya Sağlık Örgütü | HASTA GÜVENLİĞİ | HAYAT KURTARIN Ellerinizi Temiz Tutun | T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI

HAZIRLAYAN:	GÖZDEN GEÇİREN/KONTROL EDEN:	ONAYLAYAN:
SÜREÇ SORUMLUSU	KALİTE TEMSİLCİSİ	BAŞHEKİM