



TEMEL EL HİJYENİ: SAĞLIK PROFESYONELLERİ

Bu bilgiler Joanna Briggs Institute'nun (JBI) aşağıdaki kaynağından çevrilmiş ve özetlenmiştir. Bunun için JBI'dan gerekli izinler alınmıştır.

Porritt, K. Evidence Summary. Hand Hygiene: Indications and General Principles in Primary, community and Acute Healthcare Settings. The Joanna Briggs Institute EBP Database, JBI@Ovid.2020; JBI19783.

SORU 1: Hangi durumlarda mutlaka el yıkanmalıdır?

CEVAP:

- Aseptik prosedürler dahil bir hastayla doğrudan temastan önce
- Bir hastayla doğrudan temastan sonra
- Vücut sıvılarına veya salgılarına maruz kaldıktan hemen sonra
- Hasta çevresinde bulunan herhangi bir şeye dokunduktan sonra
- Eldivenin çıkarılmasından hemen sonra
- El yıkama, potansiyel spor oluşturan patojenlere maruz kalındığından şüphelenildiğinde veya kanıtlandığında
- Eller gözle görülür şekilde kirlendiğinde veya kan veya vücut sıvısıyla kirlendiğinde veya tuvaleti kullandıktan sonra sabun ve su ile yıkanmalıdır (Düzey 1)

SORU 2: El yıkama sırasında özellikle uyulması gereken kurallar nelerdir?

CEVAP:

- Bilek ve parmaklarda takı olmamalı
- Kollar dirseklerden itibaren açıkta bırakılmalı
- Tırnaklar kısa, temiz ve ojesiz olmalı (takma tırnak olmamalı)
- Kesik, sıyrık ve çatlak varsa yıkamadan önce su geçirmeyen pansuman ile kapatılmalı
- Eller temiz ve akan su ile ıslatılmalı

- Ellere, bilek ve dirseğe kadar (koruyucu tulum varsa sadece açıkta kalan kısımlar yıkanır) tüm yüzeylerini kaplayacak kadar sabun uygulanmalı
- Aşağıdaki sırayı izleyerek eller 15-30 saniye yıkanmalı:
 - Avuç içlerini birbirine sürün.
 - Sağ avuç içini sol elin sırt kısmına yerleştirerek parmakları birbirine geçirerek ovun.
 - Sol avuç içini sağ elin sırt kısmına yerleştirerek parmakları birbirine geçirerek ovun.
 - Parmakları birbirine geçirerek avuç içlerini ovun.
 - Parmakların arkalarını avuç içlerine sıkıştırın ve yan yana ovun.
 - Sağ elinizle sol başparmağınızı kavrayın ve sol başparmağınızı dairesel bir yönde ovalayın.
 - Sol elinizle sağ başparmağınızı kavrayın ve sağ başparmağınızı dairesel bir yönde ovalayın.
 - Sağ elin parmak uçlarını sol avuç içine yerleştirin ve dairesel olarak ovalayın.
 - Sol elin parmak uçlarını sağ avuç içine yerleştirin ve dairesel olarak ovalayın.

SORU 3: Sağlık kuruluşlarında el hijyeni endikasyonları ve genel ilkeleri ile ilgili mevcut en iyi kanıt nedir?

CEVAP:

- Bakımın verilmesine dahil olan herkes, enfeksiyon önleme ve kontrol ilkeleri ile el dekontaminasyonu ve kişisel koruyucu ekipman kullanımı konusunda eğitilmelidir.
- Hasta ve bakım verenler, el yıkama ve el ovmanın uygun kullanımı, doğru teknik ve sağlık hizmetlerinde standartların korunmasının önemi dahil olmak üzere el dekontaminasyonunun yararları konusunda eğitilmelidir. (Düzey 5)
- Klinik çalışma sırasında ve hasta bakımı verilirken, sağlık çalışanları bilek ve el takılarının çıkarıldığından, kolların dirsekten itibaren çıplak olduğundan, tırnakların kısa, temiz olduğundan, takma tırnak ve oje içermediğinden, kesik ve sıyrıkların su geçirmez pansumanlarla kapatıldığından emin olmalıdır. (Düzey 5)
- El hijyeni ile ilişkili kontakt dermatit riskini azaltmak için, sağlık çalışanları için el losyonları ve kremler bulunmalıdır. (Düzey 5)
- Çeşitli çalışmalarda kağıt havlu ile el kurutmanın en etkili yöntem olduğunu bildirilirken, diğer çalışmalar kağıt havluyla el kurutma ile el kurutma makinelerinin

kullanımı arasında hiçbir fark olmadığını bildirmiştir. Yazarlar, bu alanda daha fazla yüksek kaliteli araştırmaya ihtiyaç olduğunu bildirmişlerdir. (Düzeş 5)

- Alkol bazlı solüsyonlar kullanılırken ellerin tüm yüzeyine değmeli, solüsyon buharlaşana ve eller kuruyana kadar kuvvetlice ovulmalıdır. (Düzeş 1)

Bu Bilgilerin Kaynağı Olan Kanıtın Özellikleri

- Kanıtı dayalı klinik uygulama kılavuzları.
- 21 makaleyi içeren beş aşamalı bir metodolojik çerçeve kullanılarak yapılan kapsamlı bir literatür derlemesi.