

# Standardne mjere predostrožnosti u zdravstvenoj zaštiti

## Osnovne informacije

**Standardne mjere predostrožnosti imaju za cilj da smanje rizik od prenošenja krvnih i drugih patogena iz poznatih i nepoznatih izvora.**

Oni su osnovni nivo mjera predostrožnosti za kontrolu infekcije koje se, u najmanju ruku, koriste u njezi svih pacijenata.

**Higijena ruku** je glavni dio standardnih mjera predostrožnosti i jedan od najefikasnijih metoda prevencije širenja patogena povezanih sa zdravstvenom zaštitom. Pored higijene ruku, korišćenje **lične zaštitne opreme** treba da bude zasnovano na **procjeni rizika** i stepenu predviđenog kontakta sa krvi i tjelesnim tečnostima, ili patogenima.

Pored praksi koje zdravstveni radnici provode tokom svog rada, sve osobe (uključujući pacijente i posjetioce) trebalo bi da se pridržavaju mjera kontrole infekcije u zdravstvenim ustanovama. Kontrola širenja patogena od izvora je ključ za izbjegavanje širenja. Među mjerama za kontrolu izvora, **pravila lijepog ponašanja u slučaju respiratornih tegoba/kašljanja**, koje su razvijene tokom epidemije teškog akutnog respiratornog sindroma (SARS), sada se smatraju dijelom standardne procedure.

Eskalacija upotrebe standardnih mjera predostrožnosti širom svijeta smanjila bi nepotrebne rizike koji su povezani sa zdravstvenom zaštitom. Promovisanje **bezbjednog institucionalnog okruženja** pomaže da se unaprijedi provođenje preporučenih mjera i tako smanji rizik. Obezbeđivanje odgovarajućeg osoblja i zaliha, zajedno sa rukovodstvom i edukacijom za zdravstvene radnike, pacijente i posjetioce od ključne je važnosti za bezbjednije okruženje u zdravstvenim ustanovama.

## Važno

- Promovisanje sigurnog okruženja je kamen temeljac prevencije širenja patogena u zdravstvenoj zaštiti.
- Standardne mjere predostrožnosti trebalo bi da budu minimum mjera predostrožnosti koji se koristi u zbrinjavanju svih pacijenata.
- Procjena rizika je od suštinske važnosti. Procijeniti sve zdravstvene aktivnosti s ciljem utvrđivanja ličnog nivoa zaštite koji je naveden.
- Provoditi mjere kontrole izvora za sve osobe sa respiratornim simptomima putem promovisanja respiratorne higijene i pravila lijepog ponašanja u slučaju kašljanja.

## Kontrolna lista

### Zdravstvena politika

- Promovisati bezbjedno okruženje.
- Razviti politike koje omogućavaju provođenje mjera kontrole infekcije.

### Higijena ruku

- Provoditi higijenu ruku putem brisanja ili pranja ruku (pogledati detaljna uputstva u tabeli).
- Provoditi pranje ruku sa sapunom i vodom ako su ruke vidljivo zaprljane, ili postoji dokaz ili sumnja na izlaganje sporofitima, ili nakon korišćenja toaleta. U suprotnom, ukoliko resursi dozvoljavaju, ruke obrisati dezinfekcijskim sredstvom na bazi alkohola.
- Osigurati dostupnost mokrih čvorova za pranje ruku sa čistom tekućom vodom.
- Osigurati dostupnost proizvoda za higijenu ruku (čista voda, sapun, čisti ubrusi za jednokratno korišćenje, dezinfekcijsko sredstvo za pranje ruku). U idealnom slučaju, dezinfekcijsko sredstvo za pranje ruku treba da bude dostupno u ustanovi za zbrinjavanje.

### Lična zaštitna oprema (PPE)

- **PROCIJENITI RIZIK** izloženosti tjelesnim supstancama ili kontaminiranim površinama **PRIJE** svih zdravstvenih aktivnosti. **Ovo treba da postane rutina!**
- Izabrati PPE na osnovu procjene rizika:
  - čiste ne-sterilne rukavice
  - čisti, ne-sterilni vodootporni mantil
  - maska i zaštitne naočale ili štitnik za lice.

### Respiratorna higijena i pravila ponašanja u slučaju kašljanja

- Edukacija zdravstvenih radnika, pacijenata i posjetilaca.
- Pokrivanje usta i nosa u slučaju kašljanja ili kihanja.
- Higijena ruku nakon kontakta sa respiratornim izlučevinama.
- Prostorno razdvajanje osoba sa akutnim febrilnim respiratornim simptomima.

# Preporuke za standardne mjere predostrožnosti u zdravstvenim ustanovama

## KLJUCNI ELEMENTI NA PRVI POGLED

### 1. Higijena ruku<sup>1</sup>

#### Rezime tehnike:

- Pranje ruku (40–60 sek): nakvasiti ruke i nanijeti sapun; trljati temeljito svaki dio; ruke isprati i dobro osušiti ubrusom za jednokratnu upotrebu; iskoristiti ubrus za zavrtnanje slavine.
- Brisanje ruku (20–30 sek): nanijeti dovoljno proizvoda da prekrije svaki djelić ruku; ruke trljati dok se ne osuše.

#### Rezime indikacija:

- Prije i nakon svakog direktnog kontakta sa pacijentom i između pacijenata, bez obzira da li se rukavice nose ili ne.
- Neposredno nakon skidanja rukavica.
- Prije rukovanja invazivnim uređajem.
- Nakon dodirivanja krvi, tjelesnih tečnosti, izlučevina, izmeta, otvorenih rana, i kontaminiranih predmeta, čak i u slučaju nošenja rukavica.
- Tokom zbrinjavanja pacijenta, prilikom prelaska sa kontaminirane na čistu stranu pacijenta.
- Nakon kontakta sa predmetima u neposrednoj blizini pacijenta.

### 2. Rukavice

- Nositi u slučaju dodirivanja krvi, krvne tečnosti, izlučevina, izmeta, sluzokože, otvorenih rana.
- Zamijeniti između zadataka i procedura na istom pacijentu nakon kontakta sa potencijalno infektivnim materijalom.
- Skinuti nakon upotrebe, prije dodirivanja nekontaminiranih predmeta i površina, i prije obrade drugog pacijenta. Obaviti higijenu ruku neposredno nakon skidanja.

### 3. Zaštita za lice (oči, nos i usta)

- Nositi (1) hiruršku ili zahvatnu masku i zaštitne naočale (vizir za oči, naočale) ili (2) štitnih za lice za zaštitu sluzokože očiju, nosa i usta tokom aktivnosti kod kojih postoji vjerovatnoća da će uzrokovati špricanje ili prskanje krvi, krvne tečnosti, sekreta ili izlučevina.

### 4. Mantil

- Nositi zbog zaštite kože i prljanja odjeće tokom aktivnosti kod kojih postoji vjerovatnoća da će uzrokovati špricanje ili prskanje krvi, krvne tečnosti, sekreta ili izlučevina.
- Ukloniti zaprljani mantil što je prije moguće, i obaviti higijenu ruku.

### 5. Prevencija uboda iglom i povreda drugim oštrim predmetima<sup>2</sup>

#### Koristiti u slučaju:

- Rukovanja iglama, skalpelom i drugim oštrim instrumentima ili predmetima.
- Čišćenja korišćenih instrumenata.
- Odlaganja korišćenih igala i drugih oštrih instrumenata.

### 6. Higijena i pravila ponašanja u slučaju respiratornih tegoba i kašljanja

#### Osobe sa respiratornim sindromima trebalo bi da primjenjuju mjere kontrole izvora:

- Pokriti nos i usta maramicom ili maskom u slučaju kašljanja/kihanja, odložiti korišćene maramice i maske i obaviti higijenu ruku nakon kontakta sa respiratornim sekretima.

#### Zdravstvene ustanove trebalo bi da:

- Po mogućnosti, smjeste febrilne pacijente sa respiratornim simptomima na najmanje 1 metar (3 stope) rastojanja od ostalih u zajedničkim prostorima za čekanje.
- Postave vizuelna obavještenja na ulaz u zdravstvene ustanove kojima se osobe sa respiratornim simptomima upućuju da primjenjuju higijenu i pravila ponašanja u slučaju respiratornih tegoba i kašljanja.
- Razmisliti da se potrepštine za higijenu ruku, maramice i maske obezbijede u zajedničkim prostorima i prostorima za procjenu pacijenata sa respiratornim bolestima.

### 7. Čišćenje prostora

- Koristiti adekvatne procedure za rutinsko čišćenje i dezinfekciju prostora i drugih često korišćenih površina.

### 8. Rublje

#### Rukovati, transportovati i odlagati korišćeno rublje tako da se:

- Spriječi izlaganje kože i sluzokože i kontaminacija odjeće.
- Izbjegne prenos patogena na druge pacijente ili na okruženje.

### 9. Odlaganje otpada

- Osigurati bezbjedno upravljanje otpadom.
- Otpad kontaminiran krvlju, krvnom tečnošću, sekretima i izlučevinama tretirati kao medicinski otpad, u skladu sa domaćim propisima.
- Ljudska tkiva i laboratorijski otpad koji je direktno povezan sa obradom uzorka takođe tretirati kao medicinski otpad.
- Pravilno odlagati predmete za jednokratnu upotrebu.

### 10. Oprema za zbrinjavanje pacijenta

- Opremom koja je zaprljana krvlju, krvnom tečnošću, sekretima ili izlučevinama rukovati tako da se spriječi izloženost kože i sluzokože, kontaminacija odjeće i prenošenje patogena na druge pacijente ili na okruženje.
- Pravilno očistiti, dezinfikovati i obraditi opremu za višekratnu upotrebu prije korišćenja na drugom pacijentu.

<sup>1</sup> Više informacija možete naći u: WHO Guidelines on Hand Hygiene in Health Care (Advanced draft), dostupno na: [http://www.who.int/patientsafety/information\\_centre/ghhad\\_download/en/index.html](http://www.who.int/patientsafety/information_centre/ghhad_download/en/index.html)

<sup>2</sup> SIGN Alliance dostupno na: [http://www.who.int/injection\\_safety/sign/en/](http://www.who.int/injection_safety/sign/en/)

