

# AZ EGÉSZSÉGÜGYI VILÁGSZERVEZET ÉLETEKET MENT: MOSS KEZET A COVID-19 TEKINTETÉBEN

## A kezek higiéniája a közösségben

### Neked döntő szereped lehet a COVID-19 elleni harcban

- A kezek döntő fontossággal bírnak a COVID-19 átadásában
- A COVID-19 vírus főleg fertőzött folyadékcseppek és közvetlen kapcsolat által terjed. A közvetlen kapcsolat a fertőzött személyek és/vagy szennyezett felületek és tárgyak megérintését jelenti. Így kezeid terjeszthetik a vírust más felületekre és/vagy a szájadhoz, orrodhoz vagy szemeidhez, ha ezeket piszkos kézzel érinted meg.



### Miért nagyon fontos a Kezek Higiéniája a fertőzések megelőzésében, beleértve a COVID-19 vírust?

• **A Kezek Higiéniája** a leghatékonyabb cselekedet a kórokozók terjesztésének csökkentése és a fertőzések, beleértve a COVID-19 vírussal való fertőzés megelőzése érdekében.

• A közösség tagjai kritikus szerepet töltenek be a COVID-19 elleni harcban, minden nap gyakran alkalmazva a kezek higiéniáját.

### Moss kezet

Moss kezet szappannal és folyó vízzel, amikor kezeid láthatóan piszkosak.



Ha a kezeid láthatóan nem piszkosak, gyakran mosd le alkohol alapú oldattal vagy vízzel és szappannal.



Egészségügyi Világszervezet

**Csatlakozz a #SAFEHANDS kihíváshoz és ments életet! Tegyél ki egy képet vagy egy videót arról, hogyan kezet mosol és tedd hozzá a #SAFEHANDS címkét.**

Az Egészségügyi Világszervezet a döntő tényezőkhöz fordul a következők biztosítására:

- a szükséges infrastruktúra annak érdekében, hogy az emberek helyesen kivitelezni tudják a kézmosást a közterületeken
- a szükséges anyagok, a kézmosás érdekében az egészségügyi egységekben

Védd magad és védd a többiek a megbetegedéstől

### Moss kezet



- miután tüsszentettél és köhögteél
- amikor betegeket ápolsz
- mielőtt, miközben és miután főzöl
- mielőtt eszel
- miután használtad a vécét
- mikor kezeid láthatóan piszkosak
- miután állatokat vagy állati eredetű hulladékokat érintettél meg



Egészségügyi Világszervezet

## A Kezek Higiéniája az egészségügyi egységekben

Miért fontos, hogy részt vegyünk az Egészségügyi Világszervezet, COVID-19 elleni harcban való kézmosásról szóló világgal kampányában

• Az Egészségügyi Világszervezet kézmosásról szóló kampánya ÉLETEKET MENT:

A „Moss kezet” mozgósítja az embereket, hogy növeljék a kézmosási gyakorlatokat az egészségügyi egységekben, védve így az egészségügyi személyzetet és a betegeket a COVID-19 és más kórokozók szemben.

• Az asszisztensek és az orvosi személyzet az első vonalbeli hősök, akik életet mentettek a COVID-19 elleni harcban. Csatlakozz az Asszisztensek és Szülész nők Évéhez, a kézmosás 2020. évi kampánya elismeri ezen személyek kritikus szerepét a fertőzések megelőzésében.

A kampány hozzájárul az United Nations Secretary's General's Global Call to Action on WASH mozgalomhoz az egészségügyi egységekben



NURSES AND MIDWIVES

**CLEAN  
CARE  
IS IN YOUR  
HANDS**

Részletek a kampányról 2020 Május 5. **MENTS ÉLETET: Moss kezet itt:**

<https://www.who.int/infection-prevention/campaigns/clean-hands/en>

**SAVE LIVES**

**CLEAN YOUR HANDS**

**#safehands #handhygiene #infectionprevention**



World Health  
Organization

# Mi történik 2020 május 5. napján és hogyan függ össze a COVID-19 elleni harccal?

- A kézmosását népszerűsítő COVID-19 kezdeményezések között, az Egészségügyi Világszervezet Ments életet: Moss kezet (MÉMK) kampánya a minden év május 5. napjára kijelölt egészségügyi egységekben való kézmosásra összpontosít.
- A Főigazgatóságok felhívása a Tagállamok számára, a kézmosáshoz való hozzáférés világszinten való javítására a MÉMK kampányhoz kapcsolódik.
- Május 5. napján, az Egészségügyi Világszervezet MÉMK kampánya az asszisztensek és szülésznők kritikus szerepét emeli ki a fertőzések megelőzésében és a kézmosásban a betegek védelme érdekében. A jelmondat „Asszisztensek és szülésznők, a biztonságos asszisztencia a ti kezetekben van!”
- Mindenkinek szerepe van az orvosi személyzet támogatásában, hogy most a legjobb kézmosási gyakorlatokkal rendelkezzen.
- Mindegyik tevékenység alkalmazható a COVID-19 esetében:

- Asszisztensek: „A biztos asszisztencia veletek kezdődik.”
- Szülésznők: „A kezeik a legfontosabbak az édesanyák és az újszülöttek számára.”
- Döntő tényezők: „Növeljék az asszisztensek számát a fertőzések megelőzése és az asszisztencia minőségének javítása érdekében. Hozzanak létre eszközöket az asszisztensek és szülésznők bátorítására.”
- PCI felelősök: „Támogassák az asszisztenseket és szülésznőket a biztonságos asszisztencia szolgáltatása érdekében.”
- Betegek és családok: „Biztonságosabb asszisztencia nektek, veletek.”

Jelentkezzen az Egészségügyi Világszervezet MÉMK kampányára és ünnepeljen előtte és 2020. május 5. napján.

## Mit kell tudni a legjobb kézmosási gyakorlatokról a COVID tekintetében?

### KÉZMOSÁS

- A SARS és COVID-19 járványok idejéből származó bizonyítékok azt mutatják, hogy a kézmosás nagyon fontos az orvosi személyzet fertőzéssel szembeni védelme érdekében (Seto WH et al., Lancet 2003; Ran L et. al., Clin. Infect Dis 2020).
- A kézmosás a közösségben nagyon hatékony úgy a hasmenéses betegségek, mint a légúti megbetegedések megelőzésében (Jefferson T. at al, BMJ, 2008). Így az egyik legfontosabb intézkedés, amely hasznos lehet a COVID-19 fertőzés megelőzésében.

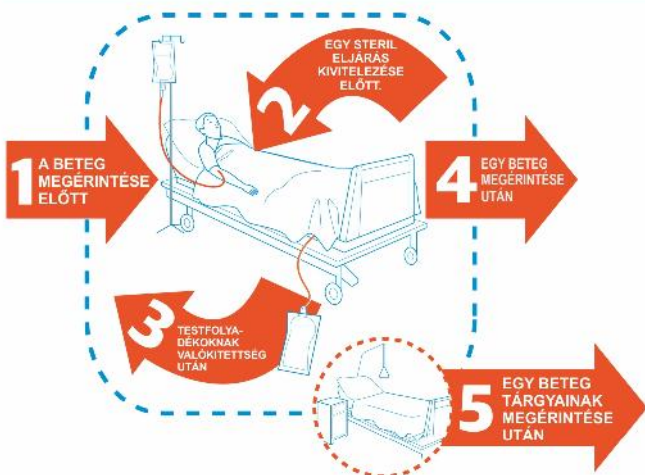
### JAVASLATOK

- A kézre alkalmazott alkohol alapú oldatoknak legalább 60% alkoholtartalommal, tanúsítvánnyal kell rendelkezniük, amikor pedig a készletek korlátozottak vagy túl drágák, ezek helyileg előállíthatók az Egészségügyi Világszervezet Útmutatója szerint.
- A szappan hatékony a burkolt vírusok semlegesítésében, amilyen a COVID is, annak köszönhetően, hogy az olajas membránt a szappan feloldja, elpusztítja a vírust (Sickbert-Benett EE et al, Am J Infect Control 2002). Sőt, a kézmosás által eltávolításra kerültek a mikrobák a kéz mechanikai mozgása által (Az Egészségügyi Világszervezet javaslatai az orvosi asszisztencia keretében történő kézmosásról 2009).
- A 0,5% klóros oldat nem javasolt a rutinos kézmosásra, mivel mérgező hatásokkal bír, szappan pedig könnyen beszerezhető és hatékonyan használható.

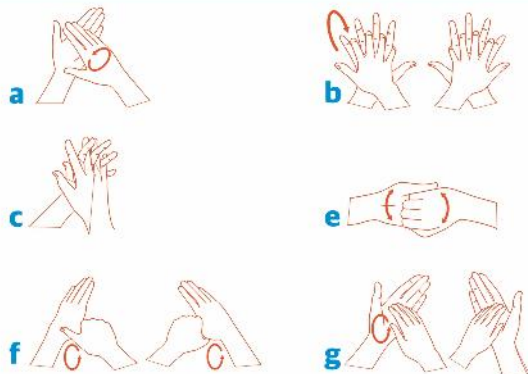
### A kézmosás megfelelő pillanata és a helyes technikája az egészségügyi egységekben!

A kézmosás megfelelő pillanatban történő kivitelezése, a helyes technika használatában, fertőtlenítő szerrel vagy szappannal és vízzel és tiszta vagy egyhasználatú törülközőkkel kritikus jelentőséggel bír.

#### MEGFELELŐ PILLANAT



#### HELYES TECHNIKA



#### HELYES IDŐTARTAM

- Alkohol alapú fertőtlenítő szer: 20-30 másodperc
- Vízzel és szappannal: 40-60 másodperc

SAVE LIVES  
CLEAN YOUR HANDS

#safehands #handhygiene #infectionprevention