



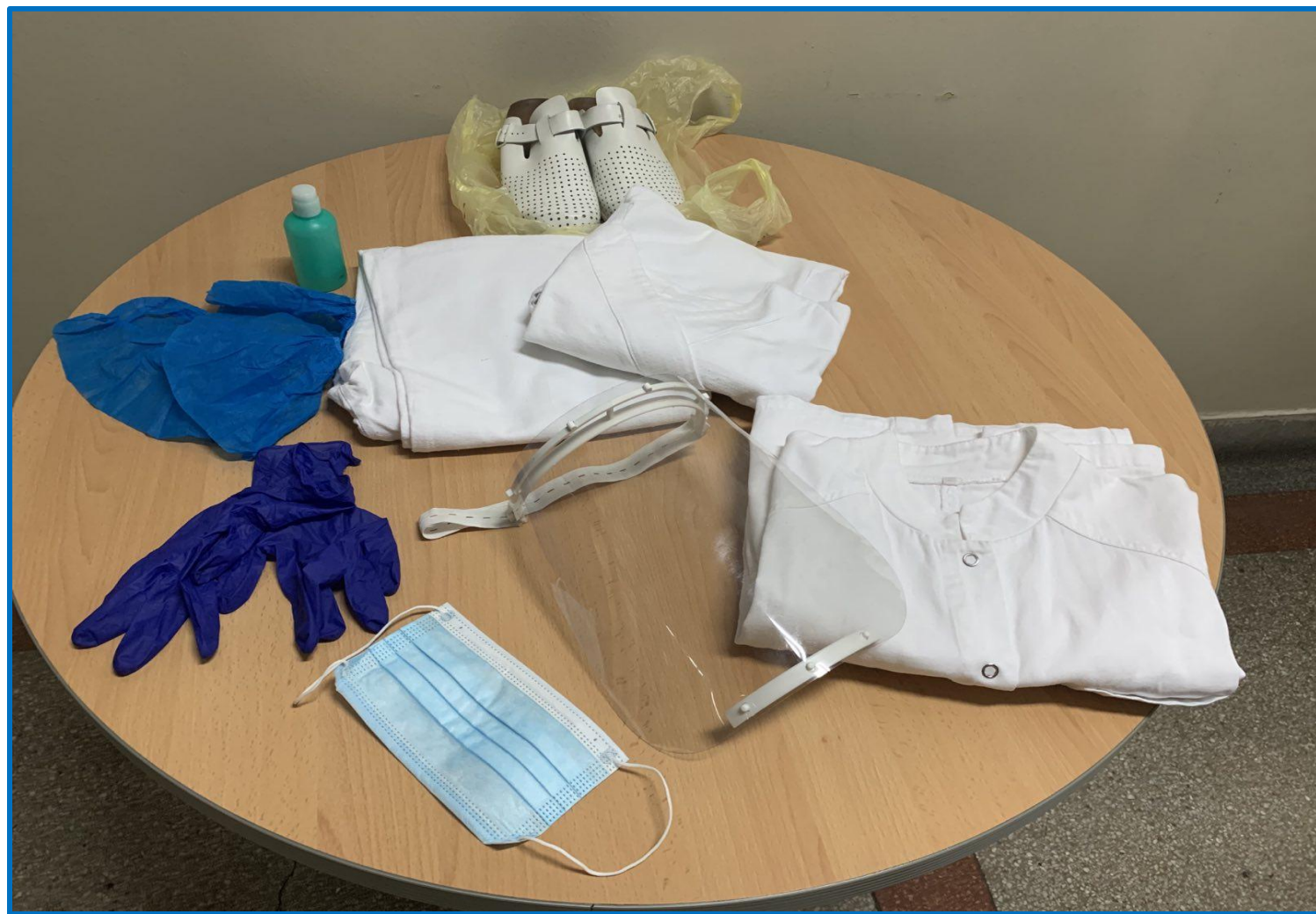
Zaštita studenata medicine tokom vežbi na kliničkim predmetima

Katedra za epidemiologiju

Medicinski fakultet

Univerziteta u Beogradu

Potrebna lična zaštitna oprema (LZO)



Stavljanje lične zaštitne opreme

Postupci pre ulaska na odeljenje

1. Obaviti higijenu ruku sredstvom na bazi alkohola
2. Obući pantalone/suknju i majicu kratkih rukava
3. Obuti radnu obuću (klompe) ili staviti nazuvke na patike
4. Obući mantil dugih rukava
5. Staviti hiruršku masku
6. Staviti vizir
7. Obaviti higijenu ruku sredstvom na bazi alkohola
8. Navući rukavice

Priprema za stavljanje LZO

- Skinuti sat i sav nakit.
- Dugu kosu vezati.
- Obući pamučnu, laganu radnu uniformu (pantalone/suknja i majica).



Nokti u zdravstvenoj ustanovi

- Nokti moraju da budu kratki, podrezani do visine jagodice prsta.
- Veštački nokti su zabranjeni u zdravstvenim ustanovama.



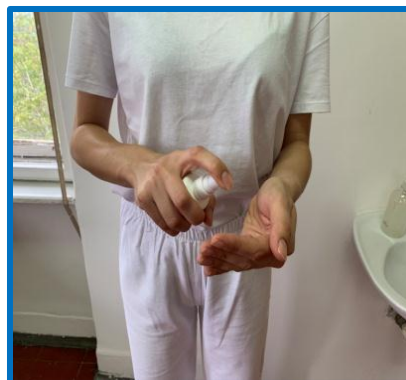
Obuti klompe ili staviti nazuvke preko patika

- Obuti klompe ili staviti nazuvke preko patika.
- Obaviti higijenu ruku sredstvom na bazi alkohola.



Higijena ruku

- Obaviti higijenu ruku sredstvom na bazi alkohola (prema nacionalnim preporukama za higijenu ruku).



ХИГИЈЕНА РУКУ СРЕДСТВОМ НА БАЗИ АЛКОХОЛА

ЧИСТЕ РУКЕ – БЕЗБЕДНЕ РУКЕ
ПРЕВЕНЦИЈА БОЛНИЧКИХ ИНФЕКЦИЈА



1а Ставите двојно средство на руке да покрије све површне површине



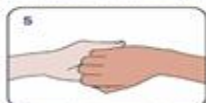
2 Трљајте дланове један о други



3 Испреплетите прсте, трљајте длан једне руке о подлактицу друге



4 Испреплетите прсте, трљајте дланове један о други



5 Прсте ставите у предњу раменицу, савијте их и трљајте дорзалном страном прстију о длан друге руке



6 Шакама обухватите полама друге руке и трљајте га кружним покретима



7 Прсте скупите на длан друге руке и трљајте кружним покретима

Sredstva na bazi alkohola za higijenu ruku treba da sadrže 60-70% izopropil ili etil alkohola.

Obući mantil



Ne koristiti telefon

- Odložiti mobilni telefon; ne nositi ga na vežbe (u slučaju da ne može da se odloži na bezbedno mesto, staviti ga u zaštitnu foliju koja može da se dezinfikuje).



Staviti masku

- **Hirurška maska se koristi:**

- U hirurškoj sali;
- U svim odeljenima zdravstvene ustanove tokom epidemije COVID-19;
- Prilikom trijaže i ranog otkrivanja izvora infekcije, kao standardna mera predostrožnosti;
- Prilikom pregleda pacijenta sa simptomima i znacima infekcije respiratornog trakta;
- Pacijent je nosi kada napušta sobu za respiratornu izolaciju zbog odlaska na dijagnostičke ili terapijske procedure.

- **Partikularne maske:**

- **Evropske norme: FFP2 i FFP3**

(nivo filtracije svih partikula $\geq 0,3$ mikrona : 94% i 99%)

- **Američke norme: N95 ili ekvivalent KN95**

(nivo filtracijesvih partikula $\geq 0,3$ mikrona: 95%)

- **Koriste ih:**

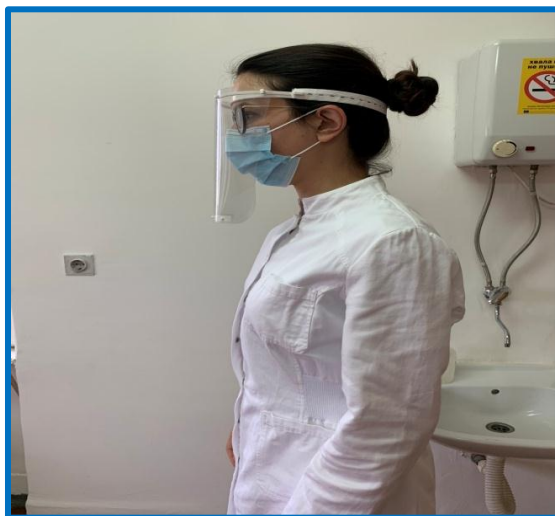
- Zdravstveni radnici i saradnici u sobi za izolaciju pacijenata sa COVID-19 infekcijom (FFP2/N95/KN95)
- Kod izvođenja procedura sa produkcijom aerosola (FFP3 ili FFP2/N95/KN95 i vizir)

Kako koristiti hiruršku masku?

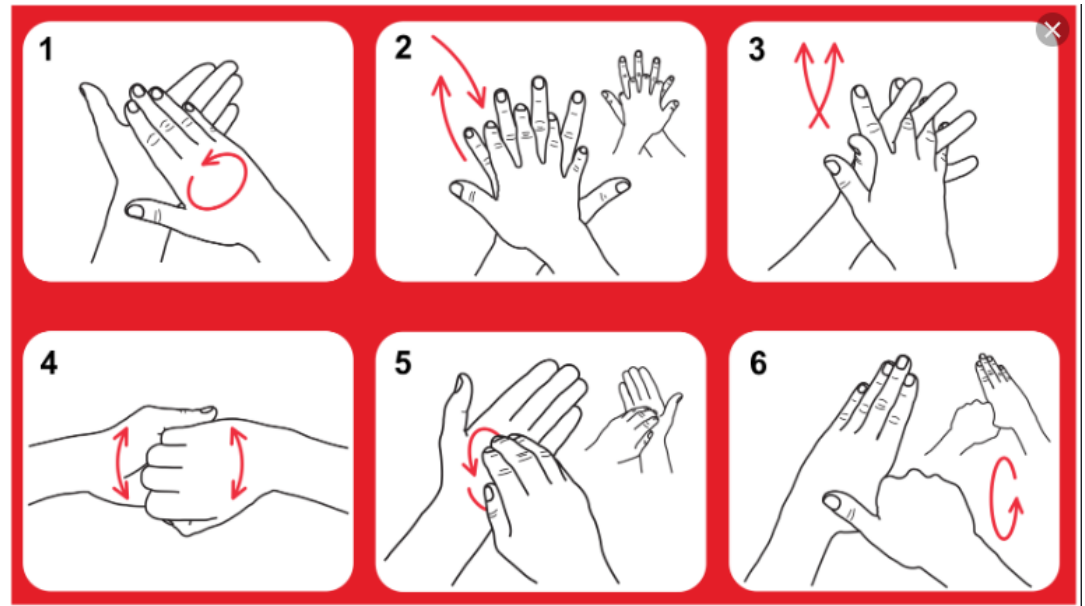
- **Preko nosa, usta i brade**
 - Vezati je na potiljku i vratu ukoliko ima trake, ili gumu staviti oko uha.
- Fiksirati masku u korenu nosa kažiprstom i srednjim prstom obe ruke.
- Proveriti da li maska dobro prijanja uz lice.
- Masku se menja kada se ovlaži.



Staviti vizir



Obaviti higijenu ruku sredstvom na bazi alkohola



Prema Nacionalnim preporukama, uvek pre stavljanja rukavica treba obaviti higijenu ruku.

Navući rukavice



- Stavljaju se nesterilne ili sterilne rukavice u zavisnosti od očekivanih postupaka.

Beleške

- Ukoliko smatrate da vam je potrebno nešto da zabeležite tokom pregleda pacijenata, nosite blok/svesku koja može da stane u džep mantila.



Lična zaštitna oprema (LZO) za ulazak u sobu pacijenta



SKIDANJE LIČNE ZAŠTITNE OPREME

SKIDANJE LIČNE ZAŠTITNE OPREME

Obaviti u predviđenoj sobi/prostoru koji mora da bude opremljen lavaboom, tečnim sapunom i papirnim ubrusima, sredstvom na bazi alkohola i kantom/kesom za infektivni otpad

1. Dezinfikovati rukavice
2. Skinuti mantil
3. Skinuti nazuvke
4. Dezinfikovati rukavice
5. Skinuti vizir
6. Skinuti rukavice
7. Obaviti higijenu ruku
8. Skinuti masku
9. Oprati ruke
10. Završno presvlačenje
11. Obaviti higijenu ruku
12. Staviti novu masku i izaći iz zdravstvene ustanove

Dezinfekcija rukavica

- Pre započinjanja skidanja LZO obaviti dezinfekciju rukavica sredstvom na bazi alkohola istim postupcima kao kod higijene ruku.
- U početnim postupcima vam pomaže neko od kolega.



Skidanje mantila

- Mantil polako i pažljivo skidati uvijanjem tako da unutrašnja, čista strana ostane spolja.



- Maska i vizir su i dalje na licu.



Skidanje mantila

- Mantil odložiti u već pripremljenu kesu.



Skidanje nazuvaka

- Uхватiti nazuvku kod pete, povući na dole, presaviti i laganim pokretom svući je ka prstima stopala.



Ponovna dezinfekcija rukavica

- Nakon skidanja nazuvaka potrebno je ponovo dezinfikovati rukavice.



Skidanje vizira

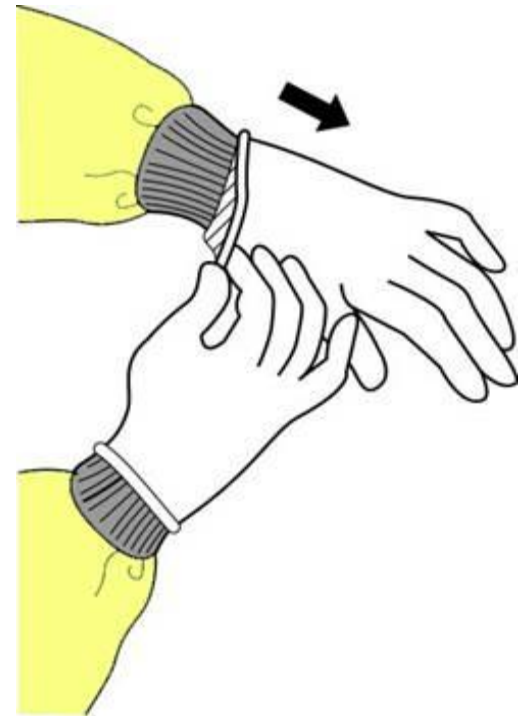
- Uхватiti traku vizira na potiljku obema rukama i skinuti je preko glave.
- Nakon skidanja, vizir odložiti u već pripremljenu drugu kesu (odvojeno od mantila).



Skinuti rukavice

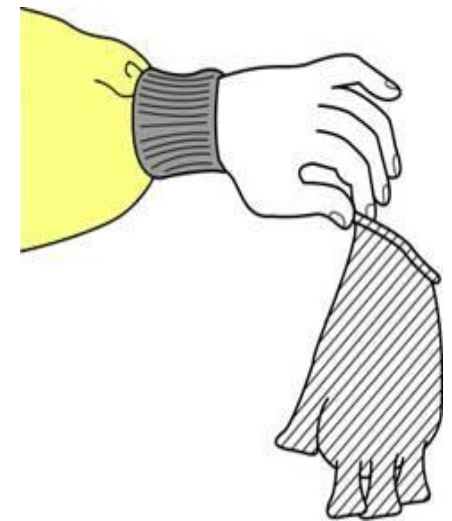
Kako?

- Uхватiti spoljnu ivicu blizu ručnog zgloba;
- Skinuti je sa ruke, okrećući unutrašnju stranu spolja;
- Staviti je u suprotnu ruku na kojoj je još uvek rukavica;



Kako skinuti rukavice?

- Uvući prst „oslobođene” ruke ispod druge rukavice u blizini ručnog zgloba;
- Skinuti je, okrećući unutrašnju stranu spolja praveći „paket” od obe rukavice;
- Odložiti „paket” pravilno u kantu/kesu za infektivni otpad.



Skidanje rukavica



Obaviti higijenu ruku



Pravilna higijena ruku

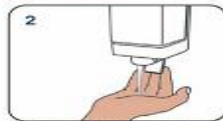
(Nacionalni Program higijene ruku)

ПРАЊЕ РУКУ ВОДОМ И САПУНОМ

ЧИСТЕ РУКЕ – БЕЗБЕДНЕ РУКЕ
ПРЕВЕНЦИЈА БОЛНИЧКИХ ИНФЕКЦИЈА



1 Наквасити руке водом



2 Узети довољну количину течног сапуна да покрије све површине дланова



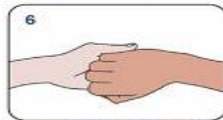
3 Трљати дланове један о други



4 Испреплићући прсте, трљати длан једне шаке о надлактицу друге



5 Испреплићући прсте, трљати дланове један о други



6 Прсте спојити у пределу јагодица, савити их и трљати дорзално-страном прстију о длан друге шаке



7 Шаком обухватити палац друге руке и трљати га кружним покретима



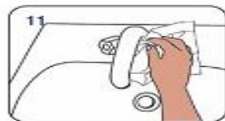
8 Прсте скупити на длан друге шаке и трљати кружним покретима



9 Испрати руке водом



10 Осушити руке папирним убрусом...



11 ...и ними затворити славину...

Време 40-60 секунди



...и ваше руке су чисте, а нега пацијента безбедна

ХИГИЈЕНА РУКУ СРЕДСТВОМ НА БАЗИ АЛКОХОЛА

ЧИСТЕ РУКЕ – БЕЗБЕДНЕ РУКЕ
ПРЕВЕНЦИЈА БОЛНИЧКИХ ИНФЕКЦИЈА



1а Ставити довољно средства на руке да покрије све површине шака



1б



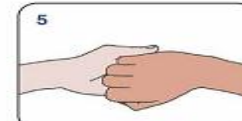
2 Трљати дланове један о други



3 Испреплићући прсте, трљати длан једне шаке о надлактицу друге



4 Испреплићући прсте, трљати дланове један о други



5 Прсте спојити у пределу јагодица, савити их и трљати дорзално-страном прстију о длан друге шаке



6 Шаком обухватити палац друге руке и трљати га кружним покретима



7 Прсте скупити на длан друге шаке и трљати кружним покретима

Време 20-30 секунди



ОСУШЕНЕ, ваше руке су безбедне за негу пацијента

Skinuti hiruršku masku

- Uхватiti palčevima za gumu maske iza ušiju i lagano prevući ka napred vodeći računa da se ne dodiruje prednja strana maske.
- Odložiti masku u kantu/kesu za infektivni otpad.



Oprati ruke vodom i sapunom

- Oprati ruke vodom i sapunom (postupcima prema Nacionalnim preporukama).
- Obrisati papirnim ubrusom.
- Papirnim ubrusom zatvoriti slavinu, Ili laktom ukoliko slavina ima dugu dršku.



- Skinuti radnu uniformu.
- Odložiti je u kesu u koju je stavljen mantil.
- Obući svoju odeću.



- Oprati uniformu i mantil
posle svake vežbe na
temperaturi od
najmanje 60⁰ C.

- Kod kuće, vizir oprati vodom i tečnim deterdžentom.
- Isprskati alkoholom i sačekati da se osuši, ili prebrisati maramicom sa alkoholom.
- Staviti ga u novu, čistu kesu.
- Vizir je tako spreman za sledeću vežbu.



Spremni ste za bezbedan izlazak iz zdravstvene ustanove

- Staviti novu masku.
- Izaći iz zdravstvene ustanove.

