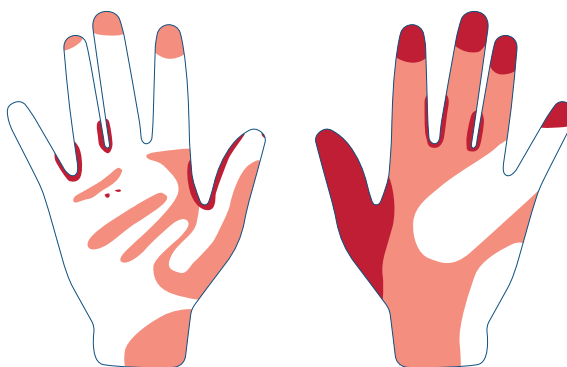


Kviðskilun Handhreinsun

Fyrir öll verk í kviðskilun er handhreinsun nauðsynleg. Hendur eru hreinsaðar með handþvotti og handsprittun.

Á höndunum eru alls kyns óhreinindi og sýklar sem geta við snertingu borist á óæskilega staði og valdið sýkingu. Handhreinsun losar þessi óhreinindi af höndunum svo að þær verða hreinar þó aldrei sé hægt að dauðhreinsa þær.

Sýnt hefur verið fram á að nokkur svæði á höndunum verða frekar út undan við handhreinsun en önnur. Þessi svæði eru þumalfingur, kjúkur, neglur og undir nöglum. Gefa ber þessum svæðum sérstaklega gaum þegar hendur eru þvegnar eða sprittaðar.



Skygðu svæðin verða frekar út undan við handhreinsun.

Mikilvægt er að vanda sig við handhreinsun því þannig er hægt að minnka líkur á útbreiðslu sýkla. Hringar, armbandsúr og armbönd koma í veg fyrir góða handhreinsun. Taka þarf skartgrip af áður en hendur eru þvegnar og sprittaðar og ekki setja þá á sig aftur fyrr en að loknu verkinu sem þær voru hreinsaðar fyrir. Gervineglur hindra einnig góða handhreinsun og ekki er æskilegt að nota þær í kviðskilun.

Handþvottir

Hendur eru þvegnar á eftirfarandi hátt:



Nuddið höndunum saman, lófa við lófa.



Nuddið handarbak beggja handa með lófa.



Nuddið á milli og í kringum fingur.



Nuddið fingur ofan í lófa gagnstæðrar handar.



Nuddið þumalfingur beggja handa.



Nuddið fingurgómum í lófa.

Áhöld:

1. Vatn
2. Sápa
3. Pappírshandþurrkur eða hreint handklæði. Ef handklæði er notað skal skipta um það daglega.

Framkvæmd:

Hreinsið undan nöglum ef nauðsyn krefur. Skrúfið frá volgu vatni, bleytið hennar vel og berðu á þær sápu.

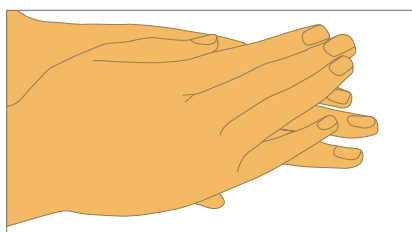
Skolið hendur síðan með volgu vatni og þurrkið þær með pappírþurrku eða hreinu handklæði. Skrúfið fyrir vatnið með pappírþurrku eða handklæðinu. Varist að snerta vaskinn eða kranana með hreinu höndunum. Vertu viss um að hendurnar séu þurrar áður en haldið er áfram.

Handsprittun

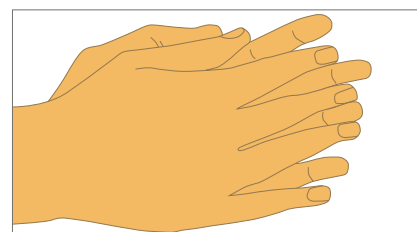
Hendur eru sprittaðar á eftirfarandi hátt:



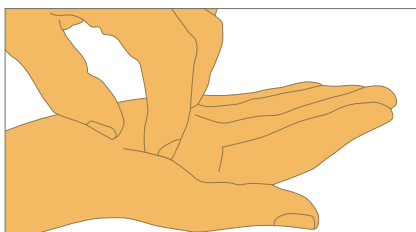
Nuddið höndunum saman, lófa við lófa.



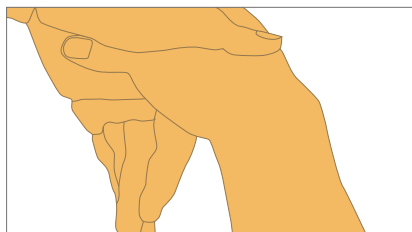
Nuddið handarbak beggja handa með lófa.



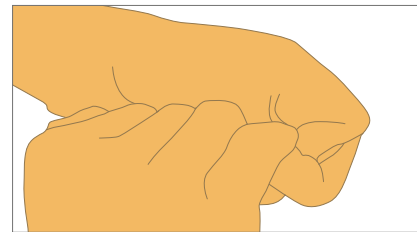
Nuddið á milli og í kringum fingur.



Nuddið fingur ofan í lófa gagnstæðrar handar.



Nuddið báða þumalfingur.



Nuddið fingurgómum í lófa.

Áhöld:

1. Handspritt.

Framkvæmd:

Setjið handspritt í þurran lófa, 1 – 2 skvettur, nægjanlega mikið til að þekja alla fleti handa.

Þegar hendurnar eru þurrar eru þær öruggar.

Símanúmer

Skilunardeild: Opið kl. 8 – 20 mánudaga til föstudags og kl. 8 – 16 um helgar, s. 543 6310 / 6315

Skriptiborð Landspítala: Opið allan sólarhringinn, s. 543 1000

Sjúklingum og aðstandendum er velkomið að hringja ef spurningar vakna.

Vinsamlegast athugið að sjúkrahúsið getur ekki borið ábyrgð á peningum eða öðrum verðmætum svo sem sínum, tölvum o.fl. sem sjúklingar eða aðstandendur hafa meðferðis. Athygli er vakin á því að starfsfólk og nemendur sjúkrahússins eru bundin þagnarskyldu og mega því ekki ræða um málefni sjúklinga á deildinni. Við viljum vinsamlegast biðja þig og aðstandendur þína að ræða ekki það sem þið kunið að verða vitni að eða heyra um aðra sjúklinga. Landspítali er kennsluspítali og nemendur í heilbrigðisfræðum og tengdum greinum stunda hluta af námi sínu á spítalanum. Nemendur fylgjast með og taka þátt í daglegri meðferð sjúklinga og eru alltaf á ábyrgð og undir handleiðslu leiðbeinenda sinna.