Światowy Dzień Higieny Rąk - 5 maja

Światowy Dzień Higieny Rąk to święto zapoczątkowane w 2005 roku przez Światową Organizację Zdrowia (WHO) w ramach projektu „Higiena rąk to bezpieczna opieka 2005 – 2015". Program „Higiena Rąk To Bezpieczna Opieka" działa w 170 krajach świata, Polska przystąpiła do niego w maju 2013 roku. Zakładał on redukowanie liczby zakażeń szpitalnych poprzez promowanie higieny rąk na wszystkich poziomach ochrony zdrowia.

Celem obchodów jest poprawa higieny rąk personelu szpitalnego oraz osób, które odwiedzają chorych.

Każdego roku we wszystkich krajach świata pacjenci cierpią, a nawet umierają z powodu możliwych do uniknięcia zakażeń wywołanych przez brudne ręce. Higiena rąk praktykowana we właściwym momencie ratuje życie. Dlatego Światowy Dzień Higieny Rąk, połączony jest z kampanią Światowej Organizacji Zdrowia, prowadzonej pod hasłem „Myj ręce – chroń życie".

Pracownicy ochrony zdrowia, opiekunowie pacjentów, bliscy odwiedzający chorych w szpitalach – wszyscy mogą być osobami przenoszącymi drobnoustroje. Statystyki mówią, że ponad połowy zakażeń szpitalnych można byłoby uniknąć, gdyby procedura higieny rąk była przez wszystkich przestrzegana. Zarazki są wszędzie, a my nie zdajemy sobie sprawy, jak łatwo przenosimy je na rękach. Na przykład nie myjąc rąk po wizycie w toalecie, nie tylko publicznej, możemy przenieść bakterie kałowe na klawiaturę komputera, telefon komórkowy, uchwyty w wózkach sklepowych, banknoty, klamki – wszystkie przedmioty, których dotykamy wielokrotnie w ciągu dnia. Na rękach przenosimy najczęściej bakterie dwoinki zapalenia płuc, salmonelli i pałeczki jelitowe coli, bakterie gronkowców oraz różne typy wirusów. Narażamy się w ten sposób na infekcje skóry i błon śluzowych (mogące wywołać ropnie, czyraki, zapalenie spojówek), zakażenia jelitowe powodujące biegunki, wymioty, bóle brzucha. Często mogą to być także choroby dróg oddechowych – grypa, zapalenie gardła czy zapalenie płuc. Zapobieganie przenoszeniu zarazków jest bardzo proste - wystarczy myć ręce. Z badań wynika, że mycie rąk wodą z mydłem przez 15 sekund redukuje liczbę bakterii już o około 90 procent, natomiast kolejne 15 sekund usuwa całkowicie drobnoustroje, które mogą być przyczyną chorób. Złota zasada jest taka, że im częściej myjemy ręce, tym lepiej. Powinniśmy to robić po każdym powrocie do domu, wyjściu z toalety, dotykaniu pieniędzy, przed jedzeniem, dzieci po zabawie czy głaskaniu zwierząt.