



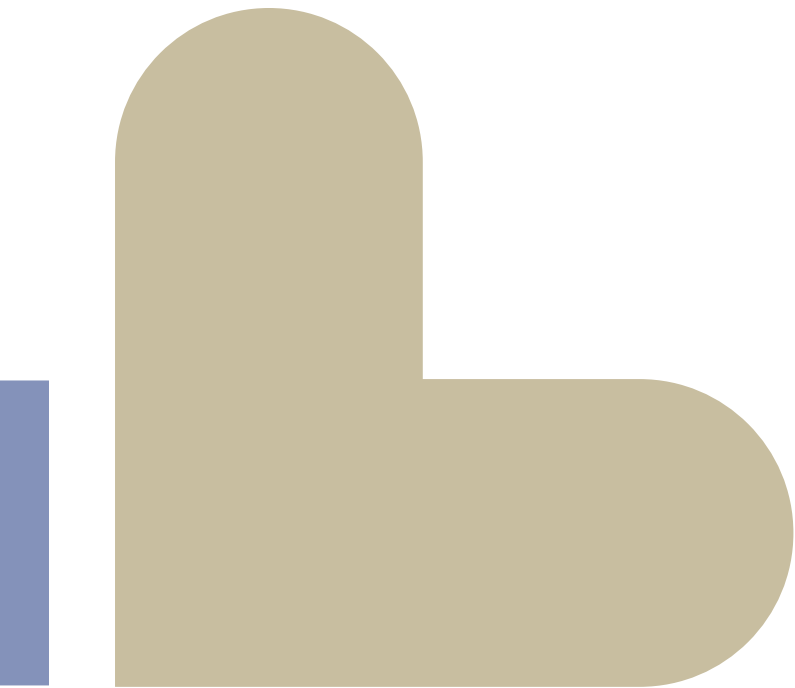
# PODREĆZNIK HIGIENY KDS 2.0

dla personelu sprzątającego

Czyszczenie i higiena od A do Z

Kompendium wiedzy z uwzględnieniem normy DIN 13063  
i zaleceń KRINKO 11/2022

**KDS**   
Healthcare Services



# DLACZEGO HIGIENA / DLACZEGO DEZYNFEKCJA?

## BRUD

Istnieją różne rodzaje brudu:

- Luźny (np. kurz, piasek itp.)
- Kleisty (np. plamy z kawy, guma do żucia)
- Mikrobiologiczny (zarazki, np. bakterie, grzyby i wirusy)

Podczas czyszczenia usuwany jest brud. Pozwala to zachować wartość powierzchni i poprawia ich wygląd. Zarazki są natomiast zabijane przez ukierunkowaną dezynfekcję.

## MIKROORGANIZMY

Mikroorganizmy to bardzo małe stworzenia, niewidoczne gołym okiem. Występują wszędzie ,np. na skórze, w ciele, glebie i powietrzu.



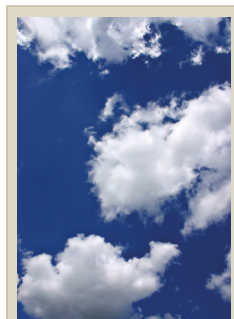
Skóra



Ciało



Ziemia



Powietrze

## ZARAZKI

Zarazki to mikroorganizmy, które mogą powodować choroby u ludzi. Mogą one być przenoszone na różne sposoby.

## CZYSZCZENIE

Podczas czyszczenia brud jest usuwany za pomocą wody i środka czyszczącego. Mikroorganizmy nie są tu zabijane. Są one częściowo usuwane, ale tylko przez przetarcie ścierką do czyszczenia.

### Istnieją różne metody czyszczenia:

- Czyszczenie konserwacyjne: czyszczenie bieżące
  - ➔ Częstotliwość czyszczenia, np. codziennie, co tydzień
- Czyszczenie gruntowne: intensywne czyszczenie z usuwaniem uporczywych zabrudzeń i osadów, a także odnowienie warstwy konserwacyjnej
  - ➔ Częstotliwość czyszczenia: po uzgodnieniu w dłuższych odstępach czasu
- Czyszczenie pośrednie: wykonywane pomiędzy czyszczeniem gruntownym a czyszczeniem konserwacyjnym, tak aby opóźnić czyszczenie gruntowne, np. poprzez przecieranie linoleum

## DEZYNFEKCJA

W przeciwieństwie do czyszczenia dezynfekcja usuwa lub dezaktywuje żywe mikroorganizmy.





## PRZENOSZENIE ZARAZKÓW

Istnieją cztery główne drogi przenoszenia zarazków chorobotwórczych.



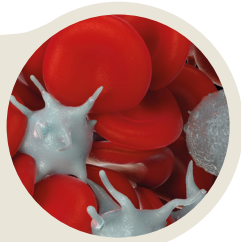
### Infekcje kontaktowe / spowodowane wcieraniem

Z powodu niedostatecznej higieny rąk lub dotykania zanieczyszczonych przedmiotów

Przykład przenoszenia: norowirusy

### Infekcja przez krew i tkanki

Przenoszenie przez krew i wydzieliny ustrojowe, takie jak ślina, pot i ropa, np. w wyniku zranienia igłą. Przykład przenoszenia: wirus zapalenia wątroby typu B



### Infekcja przez kropelki i cząsteczki z powietrza

Przenoszenie przez mówienie, kichanie lub kaszlenie. Przykład przenoszenia: wirusy grypy (grypa)

### Infekcja przez zanieczyszczoną wodę i artykuły spożywcze

Przenoszenie z powodu błędów higienicznych, np. nieprzestrzeganie łańcucha chłodniczego

Przykład przenoszenia: salmonella



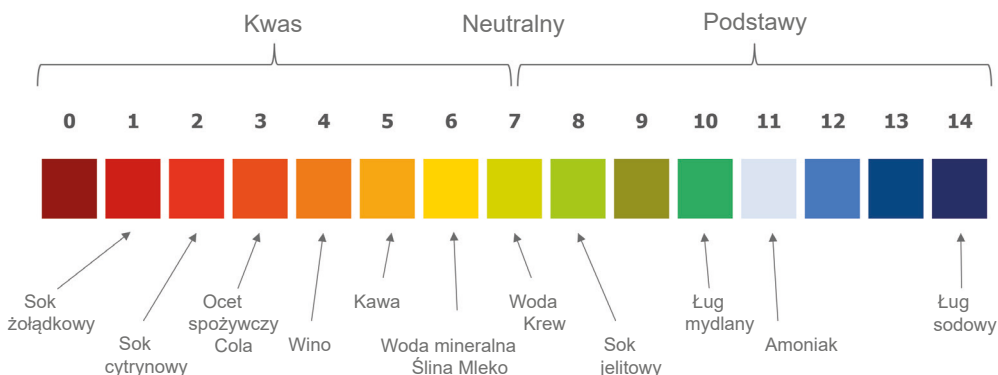
## ZANIECZYSZCZENIE

Zanieczyszczenie to niepożądane zanieczyszczenie powierzchni zarazkami chorobotwórczymi lub toksynami.

## ŚRODKI CZYSZCZĄCE

Środki czyszczące usuwają brud. Istnieją różne rodzaje środków czyszczących, które usuwają najróżniejsze zabrudzenia i zanieczyszczenia.

Środki czyszczące	Wartość pH (patrz wartość pH)	Zastosowanie	Przykłady
Kwaśne środki czyszczące	ok. 0–6	Środek do czyszczenia sanitariatów, środek do czyszczenia WC	Usuwa kamień (osad wapienny) i rdzę
Neutralne środki czyszczące	ok. 6–8	Neutralny środek czyszczący, środek czyszczący na bazie alkoholu (np. środek do mycia szyb), szampon do dywanów	Usuwa zabrudzenia/zanieczyszczenia rozpuszczalne w wodzie, np. plamy z kawy itd.
Alkaliczne środki czyszczące	ok. 8–14	Uniwersalny środek czyszczący, podstawowy środek do czyszczenia PCW, środek do czyszczenia kamienia	Usuwa olej i tłuszcz
Środki czyszczące na bazie rozpuszczalnika		Podstawowy środek czyszczący na bazie rozpuszczalnika, środek czyszczący w sprayu, środek do czyszczenia tworzyw sztucznych	Usuwa olej i tłuszcz

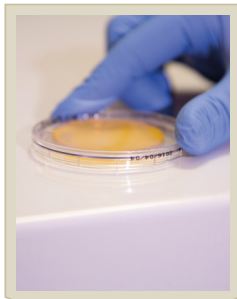


## ŚRODKI DEZYNFEKUJĄCE

Środki dezynfekujące mają za zadanie zabijać zarazki. Ponieważ struktura każdego zarazki jest inna, nie każdy środek dezynfekujący jest skuteczny przeciwko każdemu zarazkowi. Dlatego też istnieje wiele różnych środków dezynfekujących. Aby środek dezynfekujący działał optymalnie, musi być używany prawidłowo, np. prawidłowo dozowany.

## KONTROLE HIGIENY

Dzięki kontrolom higieny można np. ocenić stan higieniczny powierzchni. Musi istnieć możliwość skontrolowania, czy działania dezynfekcyjne zostały przeprowadzone i czy zostały przeprowadzone prawidłowo. Kontrole higieny mogą być przeprowadzane między innymi za pomocą odbitek, wymazów, pomiarów ATP i Glow Check.



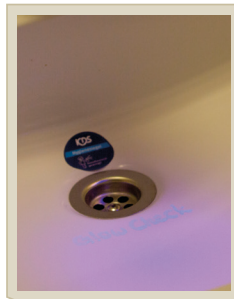
Odbitka



Wymaz



Pomiar ATP



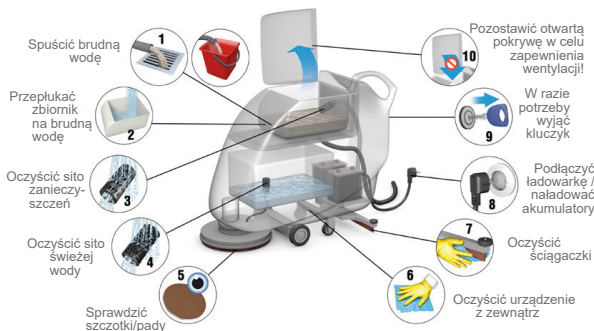
Glow Check

# CO JEST POTRZEBNE DO CZYSZCZENIA?

## URZĄDZENIA I MASZyny

Sprzęt i maszyny muszą być konserwowane i kontrolowane, aby nie stwarzały zagrożenia. Kontrola obejmuje regularną kontrolę wizualną i kontrolę DGUV V3 przeprowadzaną przez wykwalifikowanego elektryka. Cykl kontroli różni się w zależności od urządzenia lub maszyny.

Ze względów higienicznych ważne jest, aby maszyny były zawsze utrzymywane w czystości, zarówno wewnątrz, jak i na zewnątrz.



## PLAN OBSZARÓW SPRZĄTANIA

Plan obszarów sprzątania to zestawienie pomieszczeń lub obszarów, które mają być sprzątane. W planie obszarów sprzątania znajdują się między innymi poniższe informacje:

1. Które pomieszczenie lub obszar jest czyszczony = oznaczenie, np. korytarz
2. Jak często przeprowadzane jest czyszczenie = cykl czyszczenia, np. raz w tygodniu
3. Do której grupy należy pomieszczenie = grupa pomieszczeń, np. G = korytarz

**Muster-Rehaklinik**  
Musterstr. 1  
99999 Musterstadt

**1** **2** **3**

Gebäude/Stock	Nr.	Bezeichnung	m <sup>2</sup>	Turnus	Raumgruppe	RKL Geko	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
14-2 OG	2.001	Treppenhaus	23,39	4xwo	G	HT	X	X	X	X	X		
14-2 OG	2.004	Treppenhaus	32,56	4xwo	G	HT	X	X	X	X	X		
14-2 OG	2.008	Treppenhaus	32,22	4xwo	G	HT	X	X	X	X	X		
14-2 OG	2.013	Flur	116,04	7xwo	G	GF	X	X	X	X	X		
14-2 OG	2.013	Loggia	2,76	7xwo	G	GF	X	X	X	X	X		
14-2 OG	2.014	Flur	44,53	7xwo	E	KB	X	X	X	X	X		
14-2 OG	2.015	Loggia	108,86	7xwo	G	GF	X	X	X	X	X		
14-2 OG	2.016	Flur	2,78	7xwo	G	GF	X	X	X	X	X		
14-2 OG	2.017	Flur	41,47	7xwo	G	GF	X	X	X	X	X		
14-2 OG	2.051	Sozialdienst	39,18	7xwo	G	GF	X	X	X	X	X		
14-2 OG	2.052	Psychologe	13,29	2xwo/3xS	D	CBuero	X	S	S	S	X		
14-2 OG	2.053	Pat. Aufenthalt	13,13	2xwo/3xS	D	CBuero	X	S	S	S	X		
14-2 OG	2.053	Pat. Aufenthalt	41,64	14xwo	A	IA	X	X	X	X	X		
14-2 OG	2.053	Pat. Aufenthalt	1,00	7xwo	E	IA	X	X	X	X	X		
14-2 OG	2.054	Teeküche	20,06	6xwo/1xS	F	MT	X	X	X	X	X		

Service für Gesundheit und Pflege

# KATALOG CZYNNOŚCI

Katalog czynności określa, kiedy które zadanie należy wykonać.

Można w nim znaleźć następujące treści:

- 1** Zadania do wykonania = obiekt i czynność, np. usuwanie pajęczyn
- 2** Jak często przeprowadzane jest czyszczenie = cykl czyszczenia
  - Czyszczenie co dzień: codzienne czyszczenie
  - Pełne czyszczenie: pełne czyszczenie powierzchni zgodnie z cyklem w planie obszarów sprzątnięcia, np. obszary higieniczne, takie jak klamki drzwi
  - Czyszczenie wizualne / częściowe: tylko widoczne, niekleiste zabrudzenia w swobodnie dostępnych miejscach, np. usuwanie plam na stole
  - Czyszczenie interwałowe: czyszczenie w regularnych odstępach czasu, np. czyszczenie nóg stołu
- 3** Jaki jest interwał w przypadku czyszczenia interwałowego = interwał, np. 1 x w miesiącu?



# JAK PRZEBIEGA CZYSZCZENIE?

## SYSTEM KOLORÓW

System kolorów zapewnia higienę i czystość. Kolory określają, w których obszarach wykonuje się czyszczenie. Separacja kolorystyczna zapobiega np. rozprzestrzenianiu się zarazków z WC na inne obszary, np. umywalki.



### Niebieski

Dla wszystkich powierzchni, takich jak stoły, krzesła, parapety okienne



### Żółty

Dla umywalk, pryszniców, płytek



### Czerwony

Tylko WC / toaleta i pisuary



**Zielony** (specyficzny dla danego obiektu)  
np. dezynfekcja obszarów czyszczenia intensywnego, sal operacyjnych lub kuchni

## METODA SKŁADANIA ŚCIEREK

Metodę składania ścierek stosuje się, aby zawsze można było użyć czystej powierzchni do czyszczenia. Zapobiega to przenoszeniu lub rozprzestrzenianiu się zaraźków na inne powierzchnie.



## PROCEDURA WYMIANY ŚCIEREK/MOPÓW

Procedura wymiany ścierek/mopów oznacza, że ścierki i mopy, które były już używane, nie są zanurzane w roztworze środka czyszczącego/dezynfekującego po raz drugi. Ponowne zanurzanie jest niedozwolone, a ścierki i mopy muszą być wymieniane co najmniej po posprzątaniu każdego pokoju i każdego łóżka oraz po czyszczeniu wszystkimi stronami zgodnie z metodą składania ścierek.

## DEZYNFEKCJA PRZEZ WYCIERANIE

W przypadku dezynfekcji przez wycieranie środek do dezynfekcji powierzchni nakłada się za pomocą tekstyliów. Środek rozprawdza się po powierzchni poprzez wycieranie z lekkim naciskiem. Ważne jest, aby na powierzchnię nanieść odpowiednią ilość środka i zwilżyć całą powierzchnię.

## DEZYNFEKCJA POWIERZCHNI

Podczas dezynfekcji powierzchni daną powierzchnię dezynfekuje się za pomocą środka do dezynfekcji powierzchni. Ponieważ dezynfekcja powierzchni nie służy również do czyszczenia powierzchni, można ją przeprowadzić tylko na optycznie czystej powierzchni.

## METODA WYCIERANIA

**Czyszczenie podłóg odbywa się prawidłowo i ergonomicznie poprzez:**

- Dostosowanie wysokości drążka mopa do własnego wzrostu (koniec drążka pomiędzy podbródkiem i ramionami)
- Najpierw krawędzie
- Od tyłu do przodu
- Sekwencja ruchów ósemkowych na szerokość ramion

## DEZYNFEKCJA PRZEZ SZOROWANIE

W przypadku dezynfekcji przez szorowanie powierzchnie dezynfekuje się przy użyciu środka dezynfekującego i dodatkowego ruchu mechanicznego poprzez wycieranie i szorowanie. Ważne jest przy tym przestrzeganie czasu działania środka dezynfekującego. Metoda ta jest stosowana w szczególności do dezynfekcji końcowej.





## PROCES CZYSZCZENIA

- Wyposażanie
- Czyszczenie
- Porządkowanie

Podczas czyszczenia obowiązują następujące zasady:

- Od czystego do brudnego
- Od góry do dołu
- Od tyłu do przodu / zgodnie z ruchem wskazówek zegara

## WYPOSAŻANIE

Przygotowanie do czyszczenia odbywa się przed każdym czyszczeniem. Obejmuje to wyposażenie wózka do sprzątania i kontrolę sprzętu do sprzątania. Przed użyciem maszyn należy je sprawdzić pod kątem uszkodzeń. Wózek do sprzątania wyposaża się w następujący sposób:

- 3 lub 4 wiadra ze wstępnie namoczonymi ścierkami
  - ➔ środki czyszczące i dezynfekujące dozować zgodnie ze specyfikacjami
- ewent. nasączone ścierki jednorazowe (chusteczki)
- Materiały eksploatacyjne
- Chwytnak na mopy
- Pudełko na mopy z pokrywką w systemie dwukolorowym (czyste i nieczyste)
- Elastyczna miotłka do kurzu
- Tabliczka „Uwaga, ślisko”
- Pojemnik z workiem na odpady i kosz na pranie na zużyte mopy oraz siatka na zużyte ścierki
- Środek do dezynfekcji rąk
- Rękawiczki jednorazowe EN 374
- Szufelka z silikonową zmiotką
- Nakładka do szorowania nadająca się do prania
- Pojemnik na butelki ze środkiem czyszczącym



## PROCES SPRZĄTANIA – POKÓJ PACJENTA/MIESZKAŃCA

Pokój pacjenta/mieszkańca sprząta się zawsze w pierwszej kolejności, a następnie pomieszczenie wilgotne (łazienkę). Rutynowe sprzątanie pokoi pacjentów/mieszkańców odbywa się w następującej kolejności:

- 1 Przed wejściem do pokoju zdezynfekować ręce, założyć rękawiczki, zapukać i przywitać się.
- 2 Oczyszczyć (zdezynfekować) powierzchnie w pokojach pacjentów/mieszkańców w zależności od wyposażenia, katalogu czynności i wymagań placówki.
- 3 Oczyszczyć (zdezynfekować) obszar sanitarny w zależności od wyposażenia, katalogu czynności i wymagań placówki.
- 4 Zużyte ścierki wrzucić do kosza na pranie.



## PROCES SPRZĄTANIA – OBSZAR SANITARNY

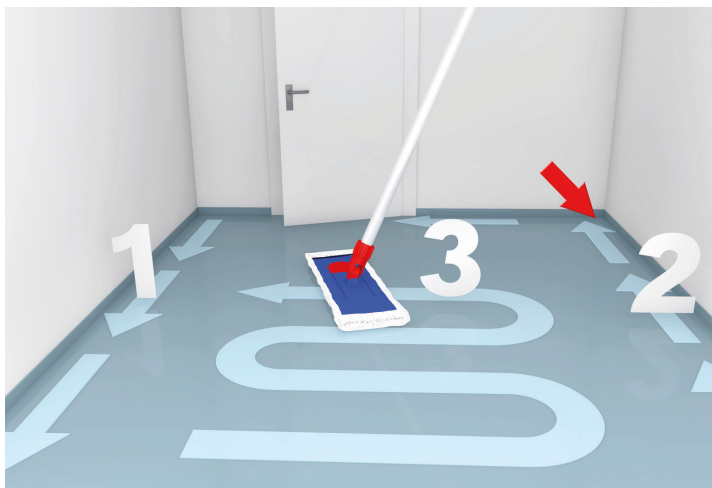
Pomieszczenie wilgotne (łazienkę) sprząta się zgodnie z poniższą procedurą:

- 1 Usunąć pajęczyny za pomocą mopa z widlastą końcówką
- 2 Ewentualne wyrzucić ręczniki zgodnie z katalogiem czynności
- 3 Otworzyć pokrywę toalety ścierką, wlać środek do czyszczenia sanitariatów do toalety i ponownie zamknąć pokrywę ścierką
- 4 Wyczyścić powierzchnie od góry do dołu, np. lampę, zasłonę prysznicową, lustro, półkę, umywalkę, grzejnik itp. → wyrzucić ścierkę
- 5 Zdezynfekować powierzchnie mające kontakt ze skórą dłoni, np. uchwyty, klamki drzwi, armatura, włączniki światła, włączniki alarmowe
- 6 Wyczyścić toaletę wewnątrz szczotką przy użyciu środka do czyszczenia sanitariatów
- 7 Toaleta z zewnątrz, pokrywa, sedes, krawędź wewnętrzna
- 8 Szczotka toaletowa i uchwyt na szczotkę toaletową → wyrzucić ścierkę
- 9 Uchwyt (rękojeść), przycisk do splukiwania, obszar ściany wokół toalety → wyrzucić ścierkę
- 10 Splukać toaletę zawsze przy zamkniętej pokrywie
- 11 Po zakończeniu czynności wyrzucić ścierki
- 12 Wyjąć worek ze śmieciami i zdezynfekować kosz na śmieci od zewnątrz i wewnątrz
- 13 Po zakończeniu czynności wyrzucić ścierki



## PROCES SPRZĄTANIA – CZYSZCZENIE PODŁÓG

Czyszczenie podłóg w pokojach pacjentów i mieszkańców, w tym w obszarach sanitarnych, powinno odbywać się w następujący sposób:



### Mop 1 – podłoga w obszarze sanitarnym:

- 1 W obszarze sanitarnym nanieść ścieżkę roztworu za pomocą mopa – od przodu do tyłu, objechać krawędzie
- 2 Przetrzeć podłogę po łuku od tyłu do przodu i od lewej do prawej strony, wykonując ruchy ósemkowe na szerokość ramion
- 3 Wyrzucić mop

### Mop 2 – podłoga w pokoju pacjenta/mieszkańca:

- 4 Nanieść ścieżkę roztworu za pomocą mopa – od przodu do tyłu, objechać krawędzie pokoju
- 5 Przetrzeć pomieszczenie po łuku od tyłu do przodu i od lewej do prawej strony
- 6 Wyrzucić mop
- 7 W pokojach pacjentów z wykładzinami dywanowymi używa się odkurzaczy

## ZAKOŃCZENIE SPRZĄTANIA

Do zakresu sprzątania należy również zakończenie sprzątania w następującej kolejności:

- 1 Samokontrola wykonanego czyszczenia wszystkich zdezynfekowanych powierzchni
- 2 Sprawdzenie, czy wszystkie okna są zamknięte i wszystkie światła wyłączone
- 3 Ściągnięcie rękawiczek jednorazowych
- 4 Wykonanie dezynfekcji rąk
- 5 Wyposażenie w materiały eksploatacyjne/ręczniki



## PORZĄDKOWANIE

Sprzątanie uzupełniające przeprowadza się przed zakończeniem pracy. Obejmuje to porządkowanie wózka do sprzątania i codzienną konserwację sprzętu do sprzątania.

### **Wózek do sprzątania do czyszczenia konserwacyjnego porządkuje się w następujący sposób:**

- Założyć rękawiczki jednorazowe
- Brudną wodę ze wszystkich wiader wylać do odpływu brudnej wody w pomieszczeniu brudnym
- Zamknąć ścierki i mopy w worku na pranie
- Wyrzucić mop
- Zamknąć worki na odpady
- Wypłukać wiadro do sprzątania, oczyścić, zdezynfekować i pozostawić do wyschnięcia
- Wszystkie narzędzia robocze, np. chwytak na mopy, szufelkę, ściągaczkę do wody i wszystkie miejsca na wózku do sprzątania, które mogą ulec zawilgoceniu lub zanieczyszczeniu, oczyścić i zdezynfekować
- Oddać worek z praniem do pralni
- Odpady należy przekazać do miejsca utylizacji w zamkniętym pojemniku
- Zutilizować rękawiczki jednorazowe
- Zdezynfekować ręce

## PRANIE ŚCIEREK I MOPÓW

Podczas prania zabrudzonych ścierek i mopów należy przestrzegać następujących punktów:

- Podczas załadunku pralki należy nosić wyposażenie ochronne: szczelny fartuch (nieprzepuszczający cieczy) i rękawiczki jednorazowe
- Program prania (temperatura), ilość dozowanego detergentu i ilość prania wkładanego do pralki zgodnie z instrukcją roboczą
- Po załadunku zdezynfekować drzwiczki i uszczelkę pralki, a także przyciski i uchwyty panelu sterowania, zdjąć wyposażenie ochronne i zdezynfekować ręce





## PROCES DEZYNFEKCJI

**Aby dezynfekcja była skuteczna, należy ją przeprowadzić w następujący sposób:**

- Pokoje zakaźne należy zawsze czyścić jako ostatnie
- Używać czystych wiader i przyborów
- Prawidłowo dozować środki dezynfekujące
- Nie dezynfekować na zbyt sucho – cała powierzchnia musi być dostatecznie zwilżona
- Nie zanurzać już używanych ścierek w roztworze środka dezynfekującego po raz drugi, w przeciwnym razie doprowadzi to do skażenia roztworu środka dezynfekującego
- Przestrzegać czasów działania
- Nie osuszać – suszenie przerywa czas działania, a tym samym uniemożliwia skuteczną dezynfekcję



## DEZYNFEKCJA POŚREDNIA

W obszarze sali operacyjnej przeprowadza się dezynfekcje pośrednie. Tutaj dezynfekuje się w szczególności powierzchnie znajdujące się blisko pacjenta oraz miejsca potencjalnie skażone. Dezynfekcje pośrednie przeprowadza się ponadto w izolatkach. Jeśli pacjent zostanie wypisany, należy przeprowadzić dezynfekcję końcową. Celem dezynfekcji jest zapobieganie namnażaniu lub rozprzestrzenianiu się zarazków. W tym celu należy przestrzegać określonych środków ochronnych.

## DEZYNFEKCJA KOŃCOWA

Po wypisaniu mieszkańca/pacjenta, który był chory z powodu konkretnego zarazka lub przebywał w obszarze sali operacyjnej, przeprowadza się dezynfekcję końcową. Celem jest zapewnienie, że następny mieszkaniec/pacjent i wszyscy pracownicy nie zachorują z powodu tego samego zarazka. Dlatego należy przestrzegać określonych środków ochronnych, takich jak noszenie odzieży ochronnej.



## CZAS DZIAŁANIA

Czas działania środków dezynfekujących odgrywa ważną rolę. Podczas dezynfekcji zarazki nie są inaktywowane natychmiastowo, lecz po pewnym czasie. Czas działania to okres od naniesienia środka dezynfekującego do momentu osiągnięcia przez niego pełnej skuteczności. Czas działania różni się w zależności od zarazki, środka dezynfekującego i dawki, dlatego należy przestrzegać specyfikacji dot. czasu działania.

## DOZOWANIE

Przy stosowaniu środków czyszczących, pielęgnacyjnych i dezynfekujących ważne jest prawidłowe dozowanie. Szkodliwe jest zarówno zbyt niskie, jak i nadmierne dozowanie. Nadmierne dozowanie powoduje powstawanie smug lub lepkiej warstwy i niepotrzebnie zanieczyszcza środowisko. W przypadku zbyt niskiego dozowania nie uzyska się pełnego działania.

### Podstawowa zasada:

- Stosować dozowniki i nakładki dozujące
- Jeśli pomocnicze urządzenia dozujące nie są dostępne, należy korzystać z tabeli dozowania i miarki
- Przestrzegać instrukcji dozowania producenta
- Nie mieszać produktów, w przeciwnym razie środek przestanie być skuteczny
- Używać zimnej wody – optymalny efekt przy maksymalnie 20°C
- Najpierw woda, potem chemia
- Należy używać wyłącznie oryginalnych butelek – dezynfekującego



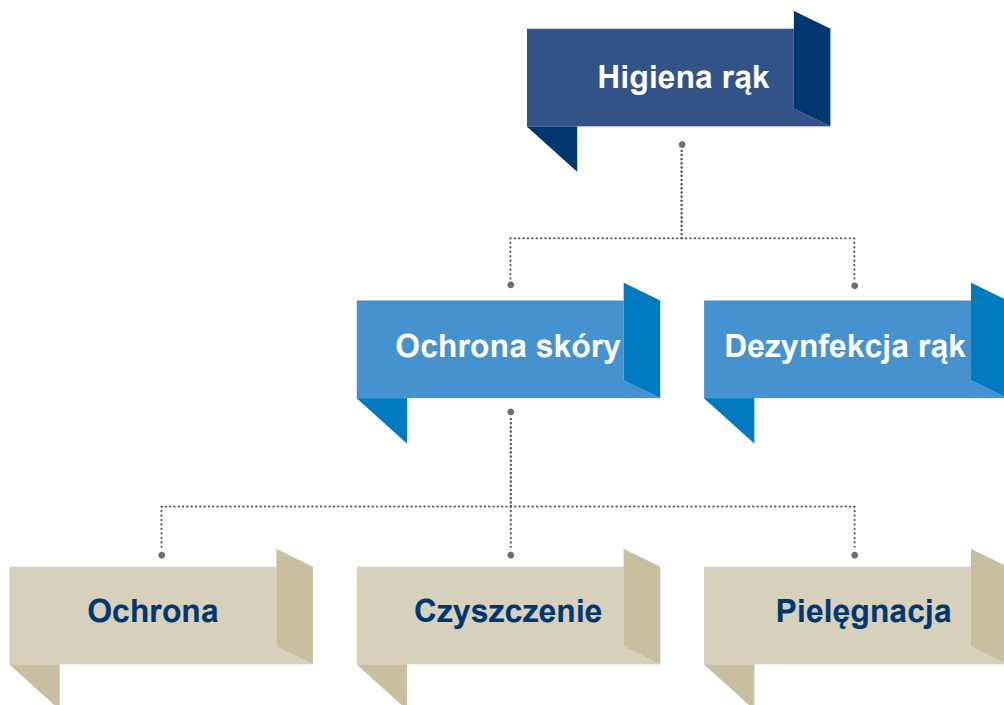
# NA CO NALEŻY ZWRACAĆ UWAGĘ PODCZAS SPRZĄTANIA?

## HIGIENA OSOBISTA

Celem higieny osobistej jest zapobieganie rozprzestrzenianiu się zarazków, a tym samym ochrona siebie i innych osób przed chorobami zakaźnymi. Higiena osobista obejmuje higienę rąk, noszenie odzieży roboczej i rękawiczek ochronnych, a także higienę osobistą.

## HAND HYGIENE

Przez ręce przenoszona jest duża liczba zarazków. Dlatego szczególnie ważna jest właściwa higiena rąk.



# JAKIE ŚRODKI HIGIENY MOŻNA ZASTOSOWAĆ?

## MYCIE RĄK

Mycie rąk usuwa głównie widoczne zabrudzenia. Dlatego jest szczególnie zalecane w przypadku widocznych zabrudzeń.



## DEZYNFEKCJA RĄK

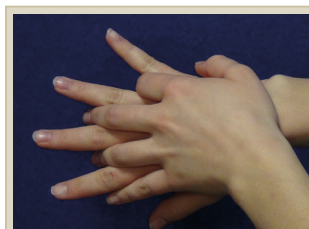
Dezynfekcję rąk należy m.in. zawsze przeprowadzać po zdjęciu rękawiczek ochronnych i czynnościach w obszarach zakaźnych.



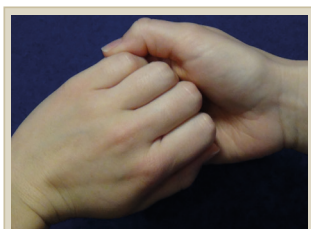
**1. Powierzchnia dłoni i nadgarstki**



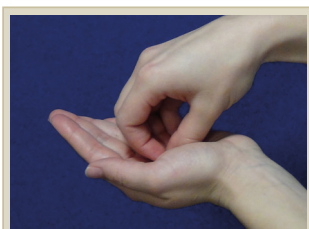
**2. Pomiędzy palcami**



**3. Wierzch dłoni**



**4. Zewnętrzna strona palców**



**5. Czubki palców**



**6. Kłęb kciuka**

## OCHRONA SKÓRY

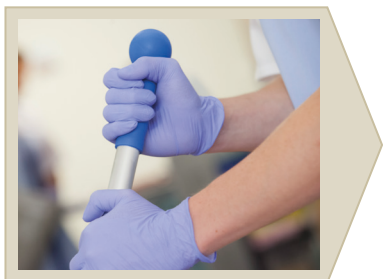
Jeśli skóra jest sucha lub popękana, zarazki mogą przenikać przez skórę i powodować infekcje. Dlatego ważne jest, aby dobrze dbać o dłonie i codziennie stosować produkty do ochrony i pielęgnacji skóry.



## ŚRODKI OCHRONNE

Środki ochronne podejmuje się w celu ochrony ludzi (pacjentów, personelu i ogółu ludności) oraz środowiska przed zagrożeniami. Środki te obejmują środki ochrony osobistej, takie jak rękawiczki ochronne, maska na usta i nos (patrz Maska na usta i nos) oraz fartuch ochronny.

## RĘKAWICZKI OCHRONNE



### **Rękawiczki jednorazowe nosi się:**

- Na czystych, suchych i zdezynfekowanych dłoniach
- Podczas czyszczenia i dezynfekcji na mokro (np. podczas czyszczenia łóżek)
- W przypadku kontaktu z brudnym praniem
- Podczas wyjmowania czystego prania/tekstyliów
- Podczas czyszczenia pomieszczeń zakaźnych
- Podczas czyszczenia sali operacyjnej
- W przypadku materiałów zanieczyszczonych zarazkami, np. odpady lub zużyte artykuły medyczne

### **Rękawiczki jednorazowe zmienia się lub ściąga:**

- Wyrzucenie po zakończeniu czynności
- Wymiana w przypadku zmiany procesu roboczego z nieczystego na czysty
- Wymiana w przypadku widocznych zabrudzeń
- Wymiana, jeśli rękawiczka jednorazowa jest uszkodzona, np. jeśli widoczne są dziury

# JAK MOGĘ CHRONIĆ SIEBIE I INNE OSOBY?

## MASKA NA USTA I NOS

Maskę na usta i nos (MNS) nosi się, aby zapobiec przenoszeniu zarazków przez powietrze.

**Podczas zakładania maski należy pamiętać o następujących kwestiach:**

- Dopasować metalowe zaciski ściśle do nosa
- Usta i nos muszą być zakryte, a maska musi przylegać ściśle do twarzy
- Maskę na usta i nos wymieniać najpóźniej po upływie 2 godzin



## MASKI FILTRUJĄCE

Aby chronić się przed zarazkami przenoszonymi przez powietrze, nosi się maski filtrujące (maski FFP).

## FARTUCHY OCHRONNE

Fartuchy ochronne nosi się, aby nie zanieczyścić własnej odzieży roboczej zarazkami.

**Zakładanie:**

- Fartuch ochronny musi ściśle przylegać do szyi
- Fartuch ochronny musi całkowicie zakrywać ramiona i dłonie
- Fartuch ochronny musi zakrywać plecy

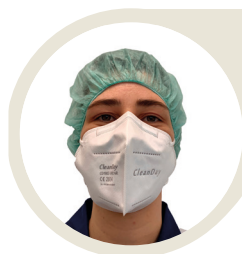


## Bezpieczne zakładanie odzieży ochronnej



1. Przeprowadzić dezynfekcję rąk

2. Założyć maskę



3. Założyć czepek

4. Założyć rękawiczki jednorazowe



5. Założyć fartuch jednorazowego użytku

6. Zapiąć rękawy



7. W razie potrzeby założyć okulary ochronne

8. Naciągnąć drugą parę rękawiczek jednorazowych na fartuch jednorazowego użytku



## Ściąganie:

- Ściągać ostrożnie, aby uniknąć zanieczyszczenia
- Ściągać od góry do dołu
- Ściągać powoli, aby zarazki nie wzbily się w powietrze

## Bezpieczne ściąganie odzieży ochronnej



1. Przytrzymać i rozerwać fartuch jednorazowego użytku z boku



2. Zdjąć fartuch jednorazowego użytku do przodu



3. Zdjąć fartuch jednorazowego użytku wraz z górną parą rękawiczek



4. Zdjąć okulary ochronne



5. Zdjąć czepek



6. Zdjąć maskę

7. Zdjąć prawidłowo dolną parę rękawiczek



### Bezpieczne zdejmowanie rękawiczek jednorazowych



1



2



3



4

## BEZPIECZEŃSTWO I HIGIENA PRACY

W zakresie bezpieczeństwa i higieny pracy istnieją przepisy, których należy przestrzegać, aby zapobiegać m.in. wypadkom przy pracy, chorobom i infekcjom.

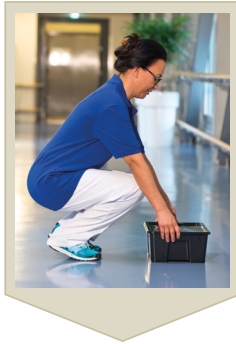
### Zachowanie osobiste

- Nosić przepisową odzież roboczą
- Obuwie antypoślizgowe – zamknięte przynajmniej z przodu z paskiem na piętę
- Nosić udostępnione środki ochrony osobistej
- Rękawiczki ochronne podczas prac z użyciem chemicznych środków czyszczących
- Nosić okulary ochronne, np. podczas przelewania środków czyszczących
- Przestrzegać instrukcji obsługi dotyczących substancji niebezpiecznych
- Związać długie włosy do tyłu
- Utrzymywać pomieszczenie gospodarcze w porządku i czystości
- Nie przechowywać żywności ani napojów w magazynie chemicznych środków czyszczących ani na wózkach do sprzątnia
- Używać tylko zimnej wody, w przeciwnym razie mogą powstać szkodliwe dla zdrowia opary
- Podczas opróżniania pojemników na odpady nie sięgać do środka
- Korzystać prawidłowo z drabin lub schodków – nie wspinać się na krzesła lub stoły
- Podczas czyszczenia na mokro ustawić tabliczkę „Uwaga, ślisko”
- Nie zastawiać dróg ewakuacyjnych urządzeniami ani maszynami
- Nie zastawiać poręczy wózkami do sprzątnia

## Prawidłowe przenoszenie



Ciężary należy rozłożyć i nie przenosić ich jednostronnie



Proste plecy podczas podnoszenia i odstawiania



Ciężary należy przenosić, trzymając je blisko przy ciele



Ciężkie przedmioty przenosić w dwie osoby





## Obsługa urządzeń i maszyn

Przed przystąpieniem do obsługi urządzeń i maszyn po raz pierwszy należy zawsze poprosić o instruktaż przeszkolony personel:

- Wyciągnąć wtyczkę przed rozpoczęciem pracy przy maszynie
- Kabel wyciągać z gniazdka, ciągnąc za wtyczkę – nigdy za kabel
- Nigdy nie przejeżdżać po kablu zasilającym
- Po zakończeniu pracy wyjąć kluczyk – nigdy nie pozostawiać włożonego kluczyka

# INSTRUKCJE ROBOCZE

Instrukcje obsługi sporządza się ze względów bezpieczeństwa i higieny pracy. Instrukcja obsługi zawiera informacje na temat postępowania z substancjami niebezpiecznymi, np. środkami dezynfekującymi i czyszczącymi, w celu zapobiegania wypadkom przy pracy. Wymienione są również środki pierwszej pomocy.

Betriebsanweisung nach §14 GefStoffV	
<b>Gefahrstoffbezeichnung</b>	
<b>Allgemeine Betriebsanweisung für Reinigungsmittel, Reinigungs- und Pflegearbeiten</b>	
	
<b>Gefahren für Mensch und Umwelt</b>	
Diese Produkte sind keine Gefahrstoffe im Sinne der Verordnung (EG) Nr. 1272/2008 [CLP] bzw. der Gefahrstoffverordnung und erfordern daher nicht die Erstellung spezieller Betriebsanweisungen. Im Folgenden sind allgemeine Vorgaben für den Umgang mit Reinigungsmitteln, Reinigungs- und Pflegearbeiten aufgeführt.	
<b>Schutzmaßnahmen und Verhaltensregeln</b>	
 	<ul style="list-style-type: none"><li>- Im Arbeitsbereich keine Lebensmittel aufbewahren - nicht essen, trinken, rauchen</li><li>- Nicht im Pausen- oder Aufenthaltsraum lagern</li><li>- Nicht mit anderen Produkten mischen</li><li>- Verschlüsse vorsichtig öffnen und Behälter stets gut verschlossen aufbewahren</li><li>- Augen- und Hautkontakt mit Konzentrat vermeiden</li><li>- Beim Ab- und Umfüllen Schutzbrille tragen und Verspritzen vermeiden</li><li>- Nicht mit heißem Wasser anwenden</li><li>- Keine Zündquellen in Produktnähe</li><li>- Anwendungshinweise des Herstellers beachten</li></ul>
<b>Augenschutz:</b> Beim Umfüllen von Konzentraten und bei Spritzgefahr sind Schutzbrille und Handschuhe zu tragen.	
<b>Handschutz:</b> Bei andauerndem Hautkontakt müssen Schutzhandschuhe getragen werden.	
<b>Hautschutz:</b> Vor der Arbeit ist eine Hautschutzcreme zu benutzen.	
Vor Pausen und nach der Arbeit Hände und Unterarme reinigen. Nach der Arbeit Hautpflegecremes auftragen.	
<b>Verhalten im Gefahrfall</b>	
Mit saugfähigem Material (z.B. Putzlappen, Wischmopp, Universalbinder) aufnehmen und entsorgen. Reste mit viel Wasser wegspülen.	
<b>Fluchtweg:</b>	Gefahrenzone über gekennzeichnete Notausgangstüren verlassen
<b>Unfalltelefon:</b>	112
<b>Erste Hilfe</b>	
	<b>Nach Augenkontakt:</b> 10 Minuten mit Wasser oder Augenspülung spülen. <b>Nach Hautkontakt:</b> Sofort mit viel Wasser und Seife abspülen. Verunreinigte Kleidung ausziehen. <b>Nach Verschlucken:</b> Kein Erbrechen herbeiführen. In kleinen Schlucken viel Wasser trinken. <b>Nach Einatmen:</b> Für Frischluftzufuhr sorgen. <b>Notarzt über Tel.:</b> Siehe Aushang <b>Ersthelfer:</b> Siehe Aushang
<b>Sachgerechte Entsorgung</b>	
Die Schmutzflotte kann in den Aussuss gegeben werden. Produktreste verschiedener Reinigungsmittel nicht vermischen.	

Stand: 29.09.2015

Aushangdatum: \_\_\_\_\_

Unterschrift: \_\_\_\_\_



KDS Services für Gesundheit und Pflege



die.kds



[www.die-kds.de](http://www.die-kds.de)

