

Higienização das mãos

Como lavar as mãos

A boa higienização das mãos é essencial no cateterismo intermitente para reduzir o risco em adquirir uma infecção do trato urinário.

A técnica de higienização das mãos pode ser aplicada ao lavar as mãos com água e sabão e também fazer uma limpeza com álcool bactericida. As instruções para higiene das mãos quando lavadas com sabão e água estão descritas abaixo.

Técnica da OMS sobre a higienização das mãos com água e sabão¹



Lave as mãos com água



Aplique uma quantidade suficiente de sabão para cobrir toda a superfície das mãos.



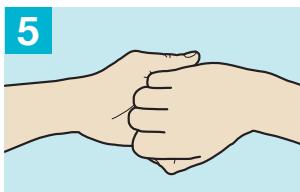
Esfregue as palmas das mãos.



A palma direita sobre o dorso esquerdo com os dedos entrelaçados e vice-versa.



Palma com palma com os dedos entrelaçados.



O dorso dos dedos com as palmas opostas com os dedos entrelaçados.



Fricção rotacional do polegar esquerdo pressionado na palma da mão direita e vice-versa.



Fricção rotacional, para frente e para trás com os dedos da mão direita pressionados na palma esquerda e vice-versa.



Enxague as mãos com águ



Seque bem as mãos com uma toalha descartável.



Use uma toalha para fechar a torneira.



Agora suas mãos estão limpas.

Baseado no artigo "How to Handwash", URL: http://www.who.int/gpsc/5may/How_To_HandWash_Poster.pdf. © World Health Organization 2009. Todos os direitos reservados.

1. World Health Organization. WHO guidelines on hand hygiene in health care. WHO Press, Geneva, Switzerland. 2009.

Para maiores informações, ligue para 0800 285 8687

Uma vida melhor

Ostomy Care, Continence Care, Wound & Skin Care and Interventional Urology