Originalas nebus siunčiamas

LIETUVOS RESPUBLIKOS SVEIKATOS APSAUGOS MINISTERIJA

Biudžetinė įstaiga, Vilniaus g. 33, LT-01506 Vilnius, tel. (8 5) 266 1400,
faks. (8 5) 266 1402, el. p. ministerija@sam.lt, http://www.sam.lt.
Duomenys kaupiami ir saugomi Juridinių asmenų registre, kodas 188603472

Savivaldybių administracijoms

2020-02-27 Nr.(10.2.3.4-40) 10-1276

DĖL RANKŲ HIGIENOS REKOMENDACIJŲ

Atsižvelgiant į nepalankią epideminę situaciją dėl naujojo koronaviruso COVID-19 situaciją, Sveikatos apsaugos ministerija teikia rekomendacijas dėl rankų higienos, kurias prašo išplatinti suinteresuotoms institucijoms.

Tinkama rankų higiena sumažina COVID-19 ir kitų užkrečiamųjų ligų perdavimo ir užsikrėtimo riziką. Rankų higiena – tai dažnas ir tinkamas rankų plovimas vandeniu su muilu arba rankų valymas alkoholio turinčiomis priemonėmis (tirpalais, geliais, servetėlėmis ar kitomis priemonėmis). Rankų higiena yra racionali, pigiausia prevencijos priemonė, nesukelianti reikšmingos susijusios rizikos.

Rankas reikia reguliariai plauti muilu ir vandeniu muiluojant jas 20–40 sekundžių [2]. Rankų dezinfekavimo priemonės, kurių pagrindą sudaro alkoholis, nėra labiau veiksmingos ir naudingos nei rankų plovimas.

Rankų plovimui rekomenduojama naudoti skystą muilą be antimikrobinių priedų, neutralaus ph, dozatoriuose. Kietas muilas nerekomenduojamas viešose vietose, tačiau gali būti naudojamas namuose, jei juo naudojasi vienas žmogus ar šeimoje niekas neserga užkrečiamąja liga. Plauti reikėtų vėsiu vandeniu, nes karštas vanduo nuriebalina, skatina odos pabrinkimą (patinimą), išsausėjimą.

Jei nėra galimybės nusiplauti rankų, rekomenduojama naudoti antiseptikus (dezinfekavimo priemones). Tinkamas jų naudojimas nužudo daugumą mikroorganizmų ant rankų ir užkerta kelią ligoms plisti. Rekomenduojamas naudoti 60–85% spiritinis tirpalas. Rankų dezinfekavimo priemonės efektyvios ir yra naudojamos jei rankos vizualiai nesuterštos išskyromis, t. y. švarios. Jei rankos nešvarios, prieš naudojant alkoholio turinčius rankų dezinfekavimo skysčius, rankas reikia nuplauti vandeniu su muilu.

COVID-19 gali būti perduodamas su lašeliais tiesioginiai kontaktuojant arba netiesiogiai, perduodant rankomis virusą iš kvėpavimo takų ar kitų sekretų, rankų higienos priemonės rekomenduojamos visose bendruomenės vietose (namuose, mokyklose, ikimokyklinio ugdymo įstaigose, darbo vietose ir kt.) visą koronaviruso plitimo laikotarpį.

Venkite liesti neplautomis rankomis akis, burną, nosį dėl galimo viruso patekimo į organizmą per gleivines. Rankos plaunamos taip:

- Rankų plaštakos ir riešai sudrėkinami vėsiu vandeniu;
- Namuose naudojamas kietas ar skystas muilas be antimikrobinių priedų, viešose – skystas muilas;
- Kruopščiai, 15-20 sek. rankos muiluojamos trinamaisiais ir sukamaisiais judesiais, ypač riešai, tarpupirščiai, pirštų galiukai, nagai, nykščiai;
- Muiluotos rankos nuplaunamos tekančio vandens srove. Vanduo turi tekėti nuo riešo pirštų link;
- Nuplautos rankos nusausinamos vienkartiniu popieriniu rankšluosčiu ar servetėle;
- Vandens čiaupas užsukamas su panaudotu vienkartiniu rankšluosčiu ar servetėle, kuri išmetama į šiukšlių dėžę.