

altenpflege.de Edition

Krátké učebnice pro vzdělávání v ošetrovatelství - zaměření na péči o seniory

Theo Ahrens

Hygiena a ochrana před infekcemi v péči o seniory

presented by

YES
ARCH
ITEC
TURE.

Bibliografické údaje

Theo Ahrens – Krátká biografie

Theo Ahrens, narozen 1979 v blízkosti Mnichova, je učitel zdravotnických povolání a angažovaný pedagog v oblasti ošetrovatelství. Po roce dobrovolné sociální služby v nemocnici absolvoval výcvik na zdravotníka a ošetrovatele a získal cenné pracovní zkušenosti na jednotce intenzivní péče. Poháněn touhou předávat znalosti studoval pedagogiku ošetrovatelství a v roce 2009 začal učit na odborné škole v Mnichově. Theo je známý svým prakticky orientovaným a empatickým přístupem k výuce, kterým připravuje budoucí ošetrovatele na jejich náročné povolání. Soukromě žije se svou ženou a dvěma dětmi v Berlíně a dobrovolně se angažuje za lepší podmínky ve vzdělávání v oblasti ošetrovatelství.

Tato krátká učebnice byla formulována na základě učebních plánů z jeho výuky za využití umělé inteligence. Překlad byl proveden automaticky.

Vydáno altenpflege.de

Cena DE/AT: 3,90 €

CH: 5 Fr

Copyright 2024 altenpflege.de

Připomínky a návrhy na zlepšení prosím zasílejte na team@altenpflege.de.

1/1-2412181530

Obsah

1 Úvod	4
1.1 Cíle této krátké učebnice	4
1.2 Význam hygieny v péči o seniory	4
1.3 Role pečovatelského personálu v ochraně před infekcemi	5
2 Základy hygieny	6
2.1 Definice a cíle hygieny	6
2.2 Druhy hygieny	6
2.3 Právní základy hygieny	7
2.4 Role institutu Roberta Kocha (RKI) v oblasti hygieny a ochrany před infekcemi	8
3 Mikrobiologické základy	9
3.1 Bakterie, viry, houby a paraziti – vlastnosti a rozdíly	9
3.2 Cesty přenosu patogenů	9
3.3 Řetězec infekce	10
3.4 Rozdíl mezi infekcí, kolonizací a kontaminací	11
4 Infekční nemoci v oblasti péče o seniory	12
4.1 Chřipková onemocnění a chřipka	12
4.2 Noroviry a gastrointestinální infekce	12
4.3 Pneumonie (zápal plic) a preventivní opatření	13
4.4 MRSA, VRE a multirezistentní patogeny	14
4.5 Tuberkulóza (TB) a preventivní opatření	15
4.6 Covid-19 (SARS-CoV-2) – Specifická ochranná opatření a očkování	16
5 Osobní hygiena pečovatelů	18
5.1 Význam osobní hygieny	18
5.2 Hygiena rukou	18
5.3 Osobní ochranné prostředky (OOP) – ochranný oděv, masky, rukavice, ochranné brýle	19
5.4 Význam péče o pokožku a prevence kožních onemocnění u pečovatelů	20
6 Hygiena rukou – Nejvýznamnější opatření při ochraně před infekcemi	22
6.1 Význam hygieny rukou pro prevenci infekcí	22
6.2 5 momentů hygieny rukou	22
6.3 Mytí rukou vs. dezinfekce rukou – rozdíly a oblasti použití	23
6.4 Praktické pokyny pro správné provedení dezinfekce rukou	24
7 Zacházení s osobními ochrannými prostředky (OOP)	26
7.1 Definice a význam osobních ochranných prostředků (OOP)	26
7.2 Druhy OOP	26
7.3 Oblékání a svlékání OOP	27
7.4 Likvidace OOP	28
8 Čištění, dezinfekce a sterilizace	29
8.1 Rozdíly mezi čištěním, dezinfekcí a sterilizací	29
8.2 Dezinfekční postupy	29
8.3 Sterilizační metody	30
8.4 Použití dezinfekčních prostředků	31
9 Hygienická opatření v každodenní péči	32
9.1 Hygienická opatření při osobní hygieně	32
9.2 Hygiena při ošetřování ran	32
9.3 Hygienická opatření při injekci a podávání léků	33
9.4 Hygienická opatření při podávání jídla a pití	34
10 Hygiena prostor a prostředí v pečovatelských zařízeních	35
10.1 Význam environmentální hygieny pro prevenci infekcí	35
10.2 Plány čištění a dezinfekce	35
10.3 Zacházení s textiliemi a prádlem	36
10.4 Likvidace odpadu	37
11 Prevence infekcí při zvláštních ošetrovatelských činnostech	38
11.1 Zacházení s pacienty s katétre	38
11.2 Hygiena při enterální a parenterální výživě	39
11.3 Hygiena při péči o osoby s infekčními onemocněními	40
11.4 Opatření k prevenci zápalu plic	41
12 Izolační opatření a ochranná izolace	42
12.1 Indikace pro izolaci	42
12.2 Druhy izolace	42
12.3 Provádění izolace	43
12.4 Role pečovatelů při izolaci	44
13 Dokumentace a podávání zpráv v oblasti hygieny	46
13.1 Význam dokumentace v oblasti hygieny	46
13.2 Dokumentace dezinfekčních opatření	46
13.3 Hlášení o výskytu infekčních onemocnění	47
13.4 Zpravodajství a předávání informací relevantních pro hygienu	48
14 Etické a právní aspekty hygieny a ochrany před infekcemi	50
14.1 Právo obyvatele na sebeurčení a donucovací opatření k zajištění hygieny	50
14.2 Právní předpisy	51
14.3 Odpovědnost pečovatelů za dodržování hygienických předpisů	51
14.4 Řešení etických konfliktů v oblasti hygieny a ochrany před infekcemi	52
15 Role a zodpovědnosti v řízení hygieny	54
15.1 Role hygienika v pečovatelském zařízení	54
15.2 Odpovědnost pečovatelů za realizaci hygienických opatření	54
15.3 Význam týmové práce pro implementaci hygienických standardů	55
15.4 Spolupráce s externími odborníky na hygienu	56
16 Školení a další vzdělávání v oblasti hygieny	57
16.1 Význam školení a dalšího vzdělávání v hygienických opatřeních	57
16.2 Obsah školení o hygieně	57
16.3 Formáty školení	58
16.4 Význam školení v rámci zajišťování kvality	59
17 Případové studie a praktické aplikace	60
17.1 Případová studie: Péče o obyvatele s MRSA	60
17.2 Případová studie: Opatření při výskytu noroviru v pečovatelském zařízení	61
17.3 Příklad: Provádění plošné dezinfekce po propuknutí infekce	62
17.4 Reflexe praxe péče na základě případových studií	63

1 Úvod

1.1 Cíle této krátké učebnice

Tato krátká učebnice má budoucím ošetřovatelům seniorů poskytnout osvědčené znalosti o hygieně a ochraně před infekcemi, a tím přispět ke zvýšení kvality péče. Cílem je rozvinout praktické porozumění pro denně nezbytná hygienická opatření a objasnit jejich význam pro obyvatele i ošetřující personál.

Nabízí jak teoretické základy, tak podrobné návody k realizaci v každodenní péči. Relevatní témata jako osobní hygiena, hygiena prostředí, prevence infekcí a zacházení s osobními ochrannými prostředky jsou zpracovány praktickým způsobem.

Kromě toho podporuje učebnice povědomí o právních a etických aspektech hygienické praxe. Další důraz je kladen na předávání znalostí o konkrétních infekčních onemocněních a jejich prevenci pomocí cílených opatření.

Školení a materiály pro další vzdělávání v oblasti hygieny mají zajistit kontinuální rozvoj ošetřovatelského personálu. Tyto znalosti pomáhají ošetřovatelům činit odpovědná rozhodnutí a aktivně přispívat k zdraví a bezpečnosti obyvatel.

Konečně má kniha sloužit jako spolehlivý zdroj, který pomůže učinit pracovní prostředí bezpečnějším a efektivnějším a zlepšit kvalitu péče ve všech oblastech.

1.2 Význam hygieny v péči o seniory

Hygiena hraje v péči o seniory klíčovou roli, protože starší lidé jsou kvůli svému oslabenému imunitnímu systému náchylnější k infekcím. V pečovatelských zařízeních se může šířit široká škála patogenů, včetně bakterií, virů, hub a parazitů, což zvyšuje riziko vypuknutí nákaz.

Dodržování přísných hygienických opatření chrání nejen obyvatele, ale také pečovatele před přenosnými nemocemi. Infekce v pečovatelských zařízeních mohou mít závažné následky, jako jsou delší hospitalizace, zvýšená nemocnost a v nejhorším případě i úmrtnost.

Efektivní ochrana před infekcemi začíná osobní hygienou pečovatelů a zahrnuje důsledné používání dezinfekce rukou a nošení osobních ochranných pomůcek. Hygiena prostředí, jako je pravidelné čištění a dezinfekce prostor, je také rozhodující pro eliminaci zdrojů patogenů.

Hygiena není pouze preventivním opatřením, ale také přispívá k podpoře pohody a kvality života obyvatel. Zajišťuje, že obyvatelé mohou žít v čistém, bezpečném a důstojném prostředí.

Vedle fyzické ochrany zajišťuje hygiena také sociální bezpečnost. Obyvatelé a jejich rodiny získávají dodržováním hygienických standardů důvěru v kvalitu péče. Tyto standardy také posilují profesní a odpovědnostní uvědomění pečovatелů.

Celkově přispívá význam hygieny k bezpečnosti a kvalitě péče o seniory a je nepostradatelným nástrojem pro zajištění zdraví všech zúčastněných v pečovatelském zařízení.

1.3 Role pečovatelského personálu v ochraně před infekcemi

Ošetřovatelé jsou klíčovými aktéry v oblasti ochrany před infekcemi. Nesou odpovědnost za realizaci a kontrolu hygienických opatření v každodenní péči. Působí jako vzory a multiplikátoři. Jejich chování ovlivňuje hygienické postupy všech zaměstnanců v pečovatelském zařízení.

Denní praxe začíná důkladným prováděním hygieny rukou. Porozumění a aplikace pěti momentů hygieny rukou je zásadní. Ošetřovatelé musí zajistit, že ochranné oděvy jsou správně používány a likvidovány. Tím se minimalizuje šíření potenciálně nebezpečných patogenů.

Ošetřovatelé jsou také odpovědní za provádění školení a zvyšování povědomí o hygienických standardech. Díky průběžnému dalšímu vzdělávání si udržují aktuálnost svých znalostí o hygieně. Musí být schopni identifikovat zdroje rizika a snižovat riziko infekcí vhodnými preventivními opatřeními.

Dokumentace hygienických opatření, např. dezinfekčních cyklů, je nezbytná pro doložení dodržování standardů. Bezchybná dokumentace také podporuje sledování v případě výskytu infekčních ohnisek.

Ošetřovatelé jsou rovněž v přímé komunikaci s hygienickými pracovníky a spolupracují na vývoji hygienických konceptů a směrnic. Přispívají k rozhodování v oblasti péče tím, že přinášejí své praktické zkušenosti a odborné znalosti z každodenní péče.

Nakonec jsou ošetřovatelé zásadně odpovědní za to, že obyvatelé a jejich příbuzní rozumějí významu hygieny. Informují a osvětlují, aby společně realizovali opatření k prevenci infekcí. Ochrana zdraví obyvatel je vždy středem jejich činnosti.

2 Základy hygieny

2.1 Definice a cíle hygieny

Hygiena označuje opatření k předcházení nemocí, zejména k prevenci infekcí. Ve středu zájmu stojí ochrana zranitelných skupin, jako jsou starší lidé, omezením šíření původců nemocí. V oblasti péče o seniory jsou hygienická opatření nezbytná nejen pro zdraví obyvatel, ale i pro pečovatelský personál.

Hlavní cíle hygieny jsou zajištění čistoty a prevence infekčních onemocnění. Cílenými opatřeními se snižuje riziko přenosu patogenů. K tomu patří dodržování osobních hygienických standardů, používání ochranných pomůcek a správné čištění a dezinfekce povrchů a předmětů.

Hygiena sleduje preventivní a reaktivní přístupy: Preventivně se mají vyhýbat ohniskům onemocnění pomocí kontinuálního uplatňování hygienických opatření. Reaktivně zahrnuje hygiena omezení a léčbu při výskytu infekcí. Z dlouhodobého hlediska optimální hygiena slouží ke zvýšení kvality života starších lidí a ke snížení nemocnosti personálu.

V péči o seniory je dodržování specifických hygienických standardů klíčové. Tyto standardy chrání nejen proti každodenním infekcím, ale i proti závažným, jako jsou ty způsobené multirezistentními patogeny. Kromě těchto opatření je zásadní zvyšování povědomí a školení pečovatelského personálu, aby byla zajištěna aktuální a účinná hygienická opatření a jejich pokračující přizpůsobování.

2.2 Druhy hygieny

Hygiena zahrnuje různé oblasti, které vyžadují specifická opatření. V péči o seniory hraje ústřední roli osobní, sociální, institucionální a environmentální hygiena.

Osobní hygiena se zaměřuje na osobní péči a čistotu pečovatelů a obyvatel. Zahrnuje pravidelnou hygienu rukou, pečlivou péči o tělo a používání osobních ochranných prostředků. Tato opatření chrání jak pečovatele, tak obyvatele před přenosem patogenů.

Sociální hygiena se týká soužití a interakce v rámci pečovatelského zařízení. Podporuje opatření, která chrání zdraví ve společenstvích, jako je vyhýbání se blízkosti při infekčních chorobách a dodržování etikety při kašli nebo kýchání. Informační kampaně a školení posilují pochopení a přijetí těchto opatření.

Institucionální hygiena se vztahuje k systematickým opatřením v rámci pečovatelských zařízení. Jedná se o zřízení a prosazování hygienických směrnic, které je nutné pravidelně aktualizovat. Patří sem plány čištění a dezinfekce, školení zaměstnanců a kontrola dodržování hygienických standardů.

Environmentální hygiena se zaměřuje na čistotu a údržbu fyzického prostředí pečovatelských zařízení. Zahrnuje pravidelné čištění a dezinfekci povrchů a zařízení i správné nakládání s odpady. Dobře udržované fyzické prostředí snižuje šíření patogenů a vytváří bezpečné prostředí jak pro obyvatele, tak pro pečovatelský personál.

Tyto různé typy hygieny jsou propojeny a vyžadují komplexní přístup, aby mohly být efektivně prováděny. Pouze koordinovaným uplatněním mohou optimálně přispívat k prevenci infekcí a ochraně všech zúčastněných v péči o seniory.

2.3 Právní základy hygieny

Zákon o ochraně před infekcemi (IfSG) tvoří základ pro všechna hygienická opatření v péči o seniory. Jeho cílem je zabránit přenosným nemocem u lidí a zabránit jejich dalšímu šíření. Pro pečovatelská zařízení je obzvláště důležitý § 36 IfSG, který stanovuje konkrétní požadavky na společná zařízení, aby byla zajištěna odpovídající úroveň hygieny.

Hygienické předpisy jednotlivých zemí konkretizují obecné požadavky IfSG. Tyto zemské vyhlášky podrobně upravují opatření k zajištění hygieny v pečovatelských zařízeních. Zavazují zařízení k vypracování hygienického plánu, který zahrnuje opatření k prevenci infekcí a řízení infekcí. Hygienický plán musí být pravidelně přezkoumáván a přizpůsobován aktuálním vědeckým standardům.

Pečovatelé jsou povinni provádět standardy stanovené v IfSG a hygienických předpisech. To zahrnuje také účast na pravidelných školeních a dalším vzdělávání, aby byli informováni o aktuálním vývoji a opatřeních v oblasti hygieny. Zařízení musí zajistit, aby všichni zaměstnanci byli plně informováni o platných hygienických pokynech a uplatňovali je v praxi.

Právní základy dále předepisují, že při přijetí nových obyvatel musí být provedena přesná hygienická školení, aby byla zajištěna individuálně potřebná opatření ochrany před infekcemi. V případě výskytu infekce, která podléhá povinnému hlášení, je předepsáno okamžité oznámení hygienické stanici, aby se umožnilo rychlé zamezení potenciálních ohnisek nákazy.

Nedodržení zákonných hygienických standardů může mít právní důsledky. Přestupky proti IfSG nebo hygienickým předpisům jsou považovány za správní delikt a mohou být potrestány pokutami. Proto je důkladná znalost právních předpisů pro každého pečovatele nezbytná.

2.4 Role institutu Roberta Kocha (RKI) v oblasti hygieny a ochrany před infekcemi

Robert Koch-Institut (RKI) hraje klíčovou roli v oblasti hygieny a ochrany před infekcemi v oblasti péče o seniory. Jako ústřední instituce federální vlády pro sledování a prevenci nemocí vypracovává RKI doporučení a směrnice, aby kontroloval a minimalizoval šíření infekčních nemocí.

Jedním z hlavních úkolů RKI je vypracování a aktualizace hygienických směrnic. Tyto směrnice jsou založeny na aktuálních vědeckých poznatcích a slouží jako základ pro vytváření hygienických plánů v pečovatelských zařízeních. Pokrývají různé aspekty ochrany před infekcemi, včetně hygieny rukou, dezinfekčních opatření a používání osobních ochranných prostředků.

V oblasti dozoru monitoruje RKI epidemiologickou situaci infekčních nemocí. To se děje shromažďováním, analýzou a hodnocením relevantních dat. Získané poznatky pomáhají identifikovat aktuální rizika infekcí a umožňují přijmout cílená opatření k zabránění šíření patogenů v běžném pečovatelském životě.

RKI úzce spolupracuje se zdravotními úřady a dalšími veřejnými zdravotnickými službami, aby rychle rozpoznalo a omezilo propuknutí infekcí. Při výskytu infekční nemoci, která podléhá ohlašovací povinnosti, v pečovatelském zařízení poskytuje RKI odborné znalosti a podporu k přijetí účinných kontrolních opatření.

Školení a informační materiály od RKI jsou důležitými zdroji pro pečovatele. Tyto materiály zvyšují povědomí o stávajících rizicích a poskytují praktická doporučení pro činnost. Přispívají k průběžnému dalšímu vzdělávání pečovatelského personálu a podporují správné provádění hygienických opatření v každodenním životě.

Kromě toho RKI podporuje výzkum v oblasti ochrany před infekcemi a hygieny. Prostřednictvím vědeckých studií jsou generovány nové poznatky, které vedou ke zlepšení hygienických standardů. Tyto výsledky výzkumu se promítají do doporučení RKI a zaručují, že opatření jsou založena na nejnovějších vědeckých poznatcích.

Celkově RKI zajišťuje, že pečovatelská zařízení mají k dispozici nezbytné informace a nástroje k zajištění účinné prevence infekcí. Funguje jako důležité rozhraní mezi vědou, zdravotní politikou a praxí péče, aby dlouhodobě chránilo zdraví obyvatel i pečovatelského personálu.

3 Mikrobiologické základy

3.1 Bakterie, viry, houby a paraziti – vlastnosti a rozdíly

Bakterie jsou jednobuněčné mikroorganismy, které jsou prokaryotní, to znamená, že nemají buněčné jádro. Množí se dělením buněk a mohou samostatně přežívat a růst. Mnoho bakterií je neškodných nebo užitečných, ale některé mohou způsobovat nemoci. Antibiotika mohou být účinná při bakteriálních infekcích tím, že blokují růst nebo zabíjejí bakterie.

Viry jsou mnohem menší než bakterie a skládají se z genetického materiálu, buď DNA, nebo RNA, který je obklopen bílkovinným obalem. Jsou to obligátní parazité, což znamená, že potřebují hostitelskou buňku k reprodukci. Viry pronikají do buněk a využívají buněčné mechanismy k replikaci, často na úkor hostitelské buňky. Existují antivirotika, ale jejich vývoj je obtížnější než u antibiotik.

Houby jsou eukaryotní organismy, které mohou být jednobuněčné jako kvasinky nebo mnohobuněčné jako plísně. Mají buněčné jádro a množí se spórami nebo pučením. Houby mohou způsobovat jak oportunistické infekce u osob s oslabeným imunitním systémem, tak povrchové infekce, jako je kožní nebo nehtová plíseň. K léčbě se používají antimykotika.

Paraziti jsou organismy, které žijí na úkor hostitele a mohou být jednobuněčné jako prvoci nebo mnohobuněčné organismy jako červi. Často cílí na lidské tělo, aby získali živiny, což může způsobovat nemoci. K léčbě parazitárních infekcí se často používají antiparazitika, která jsou speciálně přizpůsobena typu parazita.

Podstatné rozdíly existují ve struktuře buněk, replikaci a možnostech léčby u různých typů původců. Bakterie jsou složitější a mají struktury jako buněčné stěny; viry jsou jednodušší a potřebují hostitele; houby a paraziti jsou různě složití eukaryoti se specifickými životními cykly a obrannými mechanismy. Znalost těchto rozdílů určuje strategie prevence a léčby infekcí v péči o seniory a je rozhodující pro efektivní ochranu před infekcemi.

3.2 Cesty přenosu patogenů

Patogeny mohou být přenášeny různými způsoby. Základně rozlišujeme přímé a nepřímé způsoby přenosu.

Přímý přenos probíhá bezprostředně z infikovaného jedince na jiného. Příklady zahrnují:

- **Přenos kontaktem:** Infekce dotykem nebo kontaktem s kůží, jako u herpes simplex nebo svrabů.

- **Kapénková infekce:** Při kašli, kýchání nebo mluvení se patogeny přenáší prostřednictvím slin na sliznice jiných osob, jako u chřipky nebo Covid-19.

Nepřímý přenos probíhá přes kontaminované prostřední zdroje:

- **Fomity:** Předměty nebo povrchy, které byly v kontaktu s infekčním materiálem, mohou patogeny přenášet. Typickými příklady jsou kliky dveří nebo ložní prádlo.

- **Vektory:** Hmyz nebo zvířata, která přenášejí patogeny z jednoho hostitele na druhého. Příkladem je přenos malárie komáry.

Aerosoly hrají zvláštní roli při přenosu. Jsou to jemné částice, které mohou delší dobu zůstat ve vzduchu a být vdechnuty na větší vzdálenosti. To je relevantní u onemocnění jako tuberkulóza nebo spalničky.

Porozumění těmto přenosovým cestám je zásadní pro vývoj efektivních hygienických opatření v péči o seniory, aby se předešlo infekcím a chránilo zdraví obyvatel i pečovatelského personálu.

3.3 Řetězec infekce

Infekční řetězec popisuje cestu patogenu od zdroje přes cestu přenosu k příjemci. Aby se zabránilo infekcím, musí být přerušeno alespoň jeden článek tohoto řetězce.

Infekční zdroj představuje původce patogenu. Mohou to být infikovaní lidé, zvířata nebo kontaminované předměty a materiály. Jednoduchými příklady jsou infikovaní obyvatelé v pečovatelských zařízeních nebo kontaminované lékařské přístroje.

Cesta přenosu je dráha, po které se patogen dostane od infekčního zdroje k příjemci. Existují přímé přenosy, jako je přímý kontakt při péči o obyvatele, a také nepřímé přenosy přes kontaminované předměty nebo vzduch, například prostřednictvím aerosolů.

Příjemce je osoba, která může být infikována. V pečovatelských zařízeních jsou to především obyvatelé, kteří mají často kvůli stáří nebo předchozím onemocněním oslabený imunitní systém a jsou proto zvláště náchylní k infekcím.

Efektivní hygienická opatření v geriatrické péči se zaměřují na přerušování infekčního řetězce. Důležitá jsou opatření jako dezinfekce povrchů, dodržování hygieny rukou a použití osobních ochranných pomůcek. Také školení pečovatelů pro rozpoznání a realizaci potřebných opatření přispívají k přerušování infekčního řetězce, čímž se minimalizuje riziko šíření infekcí. Každá strategická intervence, která cíleně neutralizuje infekční zdroj, narušuje cestu přenosu nebo chrání příjemce, výrazně snižuje pravděpodobnost šíření infekce.

7 To je jen náhled.

Plnou verzi knihy najdete na <https://www.altenpflege.de> pro registrované uživatele. Registrace i používání jsou zdarma. Kdo se nechce registrovat, může částku uvedenou na straně 2 poslat přes Paypal na adresu buchhaltung@factsoft.de a uvést jak název knihy, tak e-mailovou adresu. Poté obdrží PDF e-mailem.

Kromě bezplatného přístupu ke krátkým učebnicím umožňuje registrace na [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de) přímé ucházení se o práci. A také možnost nabídnout vlastní bezplatnou pracovní inzerci. Staňte se i Vy součástí komunity [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de)