

altenpflege.de Edition

Sách giáo khoa ngắn gọn cho đào tạo điều dưỡng - Trọng tâm chăm sóc người cao tuổi

Theo Ahrens

Vệ sinh và bảo vệ chống nhiễm trùng trong chăm sóc người cao tuổi

presented by

YES
ARCH
ITEC
TURE.

Thông tin thư mục

Theo Ahrens – Tiểu sử ngắn

Theo Ahrens, sinh năm 1979 gần München, là giáo viên đào tạo nghề điều dưỡng và là nhà giáo dục điều dưỡng nhiệt huyết. Sau khi hoàn thành Năm Xã Hội Tình Nguyên tại bệnh viện, anh đã hoàn tất khóa đào tạo trở thành điều dưỡng viên và tích lũy kinh nghiệm quý báu tại phòng chăm sóc đặc biệt. Được thúc đẩy bởi mong muốn truyền đạt kiến thức, anh đã học về giáo dục điều dưỡng và bắt đầu giảng dạy tại một trường chuyên nghiệp ở München vào năm 2009. Theo được biết đến với phong cách giảng dạy thực tiễn và thấu cảm, giúp các điều dưỡng viên tương lai chuẩn bị cho nghề nghiệp đầy thách thức. Anh sống cùng vợ và hai con tại Berlin và tham gia tình nguyện cải thiện điều kiện trong đào tạo điều dưỡng.

Cuốn sách giáo trình ngắn này được soạn từ kế hoạch giảng dạy của anh với sự hỗ trợ của công nghệ AI. Bản dịch được thực hiện tự động.

Xuất bản bởi altenpflege.de

Giá DE/AT: 3,90 €

CH: 5 Fr

Bản quyền 2024 altenpflege.de

Vui lòng gửi ý kiến và góp ý cải thiện về team@altenpflege.de.

1/1-2412181530

Mục lục

1 Giới thiệu	4
1.1 Mục tiêu của giáo trình ngắn này	4
1.2 Ý nghĩa của vệ sinh trong chăm sóc người cao tuổi	4
1.3 Vai trò của nhân viên chăm sóc trong việc phòng chống nhiễm khuẩn	5
2 Các nguyên tắc cơ bản của vệ sinh	6
2.1 Định nghĩa và mục tiêu của vệ sinh	6
2.2 Các loại vệ sinh	6
2.3 Cơ sở pháp lý của vệ sinh	7
2.4 Vai trò của Viện Robert Koch (RKI) trong lĩnh vực vệ sinh và bảo vệ chống nhiễm trùng	8
3 Các nguyên tắc cơ bản về vi sinh học	9
3.1 Vi khuẩn, vi rút, nấm và ký sinh trùng – đặc tính và sự khác biệt	9
3.2 Các con đường lây truyền của mầm bệnh	9
3.3 Chuỗi lây nhiễm	10
3.4 Sự khác biệt giữa nhiễm trùng, khuẩn lạc và nhiễm bẩn	11
4 Các bệnh truyền nhiễm trong lĩnh vực chăm sóc người cao tuổi	12
4.1 Nhiễm trùng cảm cúm và cúm Influenza	12
4.2 Norovirus và nhiễm trùng đường tiêu hóa	12
4.3 Viêm phổi và các biện pháp phòng ngừa	13
4.4 MRSA, VRE và vi khuẩn kháng thuốc đa dạng	14
4.5 Bệnh lao (TB) và các biện pháp phòng ngừa	15
4.6 Covid-19 (SARS-CoV-2) – Biện pháp bảo vệ cụ thể và tiêm chủng	16
5 Vệ sinh cá nhân của nhân viên chăm sóc	18
5.1 Ý nghĩa của vệ sinh cá nhân	18
5.2 Vệ sinh tay	18
5.3 Thiết bị bảo hộ cá nhân (PPE) – Quần áo bảo hộ, khẩu trang, găng tay, kính bảo hộ	19
5.4 Ý nghĩa của việc chăm sóc da và phòng ngừa các bệnh về da ở nhân viên chăm sóc	20
6 Vệ sinh tay – Biện pháp quan trọng nhất trong việc bảo vệ chống nhiễm trùng	22
6.1 Tầm quan trọng của vệ sinh tay để tránh nhiễm trùng	22
6.2 5 thời điểm vệ sinh tay	22
6.3 Rửa tay vs. Khử trùng tay – Sự khác biệt và lĩnh vực ứng dụng	23
6.4 Hướng dẫn thực hành về việc thực hiện đúng cách khử trùng tay	24
7 Sử dụng thiết bị bảo hộ cá nhân (PPE)	26
7.1 Định nghĩa và ý nghĩa của thiết bị bảo hộ cá nhân (PPE)	26
7.2 Các loại phương tiện bảo hộ cá nhân	26
7.3 Mặc và tháo gỡ trang phục bảo hộ cá nhân	27
7.4 Xử lý PPE	28
8 Làm sạch, Khử trùng và Tiệt trùng	29
8.1 Sự khác biệt giữa làm sạch, khử trùng và tiệt trùng	29
8.2 Các phương pháp khử trùng	29
8.3 Quy trình tiệt trùng	30
8.4 Sử dụng chất khử trùng	31
9 Các biện pháp vệ sinh trong chăm sóc hàng ngày	32
9.1 Các biện pháp vệ sinh khi chăm sóc cơ thể	32
9.2 Vệ sinh khi chăm sóc vết thương	32
9.3 Các biện pháp vệ sinh khi tiêm và cho thuốc	33
9.4 Biện pháp vệ sinh khi phục vụ ăn uống	34
10 Vệ sinh không gian và môi trường trong cơ sở chăm sóc	35
10.1 Ý nghĩa của vệ sinh môi trường trong phòng ngừa nhiễm trùng	35
10.2 Kế hoạch làm sạch và khử trùng	35
10.3 Quản lý và xử lý vải vóc và giặt là	36
10.4 Xử lý chất thải	37
11 Phòng ngừa nhiễm khuẩn trong các hoạt động chăm sóc đặc biệt	38
11.1 Chăm sóc bệnh nhân đặt ống thông tiểu	38
11.2 Vệ sinh trong dinh dưỡng qua đường tiêu hóa và đường tiêm	39
11.3 Vệ sinh khi chăm sóc người bệnh với các bệnh truyền nhiễm	40
11.4 Các biện pháp phòng ngừa viêm phổi	41
12 Các biện pháp cách ly và cách ly bảo vệ	42
12.1 Chỉ định cách ly	42
12.2 Các loại cách ly	43
12.3 Thực hiện cách ly	44
12.4 Vai trò của điều dưỡng viên trong việc cách ly	44
13 Tài liệu và Báo cáo trong lĩnh vực Vệ sinh	46
13.1 Ý nghĩa của việc ghi chép trong lĩnh vực vệ sinh	46
13.2 Tài liệu về các biện pháp khử trùng	46
13.3 Báo cáo về sự bùng phát nhiễm trùng	47
13.4 Báo cáo và bàn giao thông tin liên quan đến vệ sinh	48
14 Khía cạnh đạo đức và pháp lý của vệ sinh và bảo vệ chống nhiễm trùng	50
14.1 Quyền tự quyết của cư dân và biện pháp cưỡng chế về vệ sinh	50
14.2 Các quy định pháp lý	51
14.3 Trách nhiệm của nhân viên chăm sóc trong việc tuân thủ quy định vệ sinh	51
14.4 Ứng phó với xung đột đạo đức trong lĩnh vực vệ sinh và bảo vệ chống nhiễm trùng	52
15 Vai trò và trách nhiệm trong quản lý vệ sinh	54
15.1 Vai trò của nhân viên phụ trách vệ sinh trong cơ sở chăm sóc	54
15.2 Trách nhiệm của nhân viên chăm sóc trong việc thực hiện các biện pháp vệ sinh	54
15.3 Ý nghĩa của làm việc nhóm trong việc thực hiện các tiêu chuẩn vệ sinh	55
15.4 Hợp tác với các chuyên gia vệ sinh bên ngoài	56
16 Đào tạo và bồi dưỡng trong lĩnh vực vệ sinh	57
16.1 Tầm quan trọng của đào tạo và bồi dưỡng về biện pháp vệ sinh	57
16.2 Nội dung của các buổi đào tạo vệ sinh	57
16.3 Các hình thức đào tạo	58
16.4 Ý nghĩa của việc đào tạo trong khuôn khổ đảm bảo chất lượng	59
17 Tình huống ví dụ và ứng dụng thực tiễn	60
17.1 Tình huống ví dụ: Cách xử lý với một cư dân mắc MRSA	60
17.2 Ví dụ tình huống: Biện pháp khi bùng phát Norovirus trong một cơ sở chăm sóc	61
17.3 Ví dụ tình huống: Thực hiện khử trùng bề mặt sau khi bùng phát nhiễm trùng	62
17.4 Phản ánh thực hành chăm sóc dựa trên các ví dụ trường hợp	63

1 Giới thiệu

1.1 Mục tiêu của giáo trình ngắn này

Cuốn sách giáo khoa ngắn gọn này nhằm cung cấp cho những nhân viên điều dưỡng chăm sóc người già tương lai kiến thức vững chắc về vệ sinh và bảo vệ chống lây nhiễm, qua đó góp phần nâng cao chất lượng chăm sóc. Nó hướng tới việc phát triển một sự hiểu biết thực tế về các biện pháp vệ sinh cần thiết hàng ngày và làm rõ tầm quan trọng của chúng đối với cư dân và nhân viên chăm sóc.

Nó cung cấp cả kiến thức cơ bản lý thuyết lẫn hướng dẫn chi tiết để triển khai trong thực tế chăm sóc hàng ngày. Các chủ đề liên quan như vệ sinh cá nhân, vệ sinh môi trường, phòng ngừa lây nhiễm và việc sử dụng trang bị bảo vệ cá nhân được chuẩn bị một cách thực tế.

Hơn thế nữa, cuốn sách thúc đẩy nhận thức về các khía cạnh pháp lý và đạo đức của thực hành vệ sinh. Một trọng tâm khác là truyền đạt kiến thức về các bệnh nhiễm trùng cụ thể và phòng ngừa chúng thông qua các biện pháp cụ thể.

Các nội dung đào tạo và nâng cao trong lĩnh vực vệ sinh nhằm đảm bảo sự phát triển liên tục của nhân viên chăm sóc. Kiến thức này hỗ trợ nhân viên chăm sóc đưa ra các quyết định có trách nhiệm và tích cực đóng góp vào sức khỏe và sự an toàn của cư dân.

Cuối cùng, cuốn sách này nhằm làm nguồn tài liệu đáng tin cậy để giúp công việc hàng ngày trở nên an toàn và hiệu quả hơn, đồng thời cải thiện chất lượng chăm sóc trong tất cả các lĩnh vực.

1.2 Ý nghĩa của vệ sinh trong chăm sóc người cao tuổi

Vệ sinh giữ vai trò trung tâm trong chăm sóc người cao tuổi, bởi người già do hệ miễn dịch suy yếu hơn nên dễ bị nhiễm trùng. Một loạt các tác nhân gây bệnh, bao gồm vi khuẩn, virus, nấm và ký sinh trùng, có thể lây lan trong các cơ sở chăm sóc, gia tăng nguy cơ bùng phát dịch.

Việc tuân thủ các biện pháp vệ sinh nghiêm ngặt không chỉ bảo vệ cư dân mà còn bảo vệ cả nhân viên chăm sóc khỏi các bệnh truyền nhiễm. Nhiễm trùng trong các cơ sở chăm sóc có thể gây ra hậu quả nghiêm trọng, như thời gian nằm viện kéo dài, tỷ lệ bệnh tật tăng cao và trong trường hợp xấu nhất là tử vong.

Bảo vệ khỏi nhiễm trùng hiệu quả bắt đầu bằng vệ sinh cá nhân của nhân viên chăm sóc và bao gồm việc áp dụng triệt để biện pháp sát khuẩn tay và đeo thiết bị bảo hộ cá nhân. Vệ sinh môi trường, như việc lau chùi và khử trùng cơ sở thường xuyên, cũng rất quan trọng để loại bỏ nguồn bệnh.

Vệ sinh không chỉ là biện pháp phòng ngừa mà còn góp phần nâng cao sự thoải mái và chất lượng cuộc sống của cư dân. Nó đảm bảo rằng cư dân có thể sống trong môi trường sạch sẽ, an toàn và đầy tôn trọng.

Ngoài việc bảo vệ về thể chất, vệ sinh còn đảm bảo an toàn xã hội. Cư dân và người thân có trải nghiệm tin tưởng vào chất lượng chăm sóc qua việc tuân thủ các tiêu chuẩn vệ sinh. Những tiêu chuẩn này còn củng cố nhận thức nghề nghiệp và trách nhiệm của nhân viên chăm sóc.

Nhìn chung, tầm quan trọng của vệ sinh đóng góp đáng kể vào sự an toàn và chất lượng của chăm sóc người cao tuổi và là công cụ không thể thiếu để đảm bảo sức khỏe của tất cả những người liên quan trong cơ sở chăm sóc.

1.3 Vai trò của nhân viên chăm sóc trong việc phòng chống nhiễm khuẩn

Nhân viên chăm sóc là những nhân tố chính trong việc bảo vệ chống nhiễm trùng. Họ chịu trách nhiệm thực hiện và kiểm soát các biện pháp vệ sinh trong hoạt động chăm sóc hàng ngày. Trong đó, họ hoạt động như những tấm gương và người lan tỏa. Hành vi của họ ảnh hưởng đến thực hành vệ sinh của tất cả nhân viên trong một cơ sở chăm sóc.

Thực tiễn hàng ngày bắt đầu với việc thực hiện kỹ lưỡng vệ sinh bàn tay. Sự hiểu biết và áp dụng năm thời điểm của vệ sinh bàn tay là rất quan trọng. Nhân viên chăm sóc phải đảm bảo rằng quần áo bảo hộ được áp dụng và xử lý đúng cách. Điều này giảm thiểu sự lan truyền của các mầm bệnh tiềm ẩn nguy hiểm.

Nhân viên chăm sóc cũng chịu trách nhiệm thực hiện các khóa đào tạo và nâng cao nhận thức về tiêu chuẩn vệ sinh. Thông qua việc đào tạo liên tục, họ duy trì tính cập nhật của kiến thức vệ sinh. Họ phải có khả năng nhận diện các nguồn nguy hiểm và giảm thiểu rủi ro nhiễm trùng thông qua các biện pháp phòng ngừa thích hợp.

Việc ghi chép các biện pháp vệ sinh, ví dụ như chu kỳ khử trùng, là cần thiết để chứng minh sự tuân thủ các tiêu chuẩn. Một sự ghi chép đầy đủ cũng hỗ trợ việc truy xuất nguồn gốc trong trường hợp bùng phát nhiễm trùng.

Nhân viên chăm sóc cũng thường xuyên trao đổi trực tiếp với các cán bộ phụ trách vệ sinh và hợp tác trong việc phát triển các khái niệm và hướng dẫn vệ sinh. Họ đóng góp vào quyết định chăm sóc bằng cách đưa vào kinh nghiệm thực tế và chuyên môn của mình từ hoạt động chăm sóc hàng ngày.

Cuối cùng, nhân viên chăm sóc có trách nhiệm quan trọng trong việc đảm bảo rằng cư dân và người thân hiểu rõ tầm quan trọng của vệ sinh. Họ thông tin và giải thích để cùng thực hiện các biện pháp phòng ngừa nhiễm trùng. Bảo vệ sức khỏe của cư dân luôn là trung tâm trong hành động của họ.

2 Các nguyên tắc cơ bản của vệ sinh

2.1 Định nghĩa và mục tiêu của vệ sinh

Hệ vệ sinh đề cập đến các biện pháp phòng ngừa bệnh tật, đặc biệt là ngăn chặn nhiễm trùng. Tập trung vào việc bảo vệ các nhóm dễ tổn thương, như người cao tuổi, bằng cách hạn chế sự lan truyền của các tác nhân gây bệnh. Trong việc chăm sóc người cao tuổi, các biện pháp vệ sinh không chỉ thiết yếu cho sức khỏe của cư dân mà còn cho nhân viên chăm sóc.

Mục tiêu trọng tâm của vệ sinh là đảm bảo sự sạch sẽ và ngăn ngừa các bệnh truyền nhiễm. Thông qua các biện pháp cụ thể, nguy cơ truyền bệnh được giảm thiểu. Điều này bao gồm việc tuân thủ tiêu chuẩn vệ sinh cá nhân, sử dụng thiết bị bảo hộ và làm sạch, khử trùng đúng cách các bề mặt và đồ vật.

Vệ sinh theo đuổi các tiếp cận phòng ngừa và phản ứng: Phòng ngừa nhằm tránh các đợt bùng phát thông qua áp dụng liên tục các biện pháp vệ sinh. Phản ứng bao gồm việc kiểm chế và điều trị khi nhiễm trùng xuất hiện. Về lâu dài, vệ sinh tối ưu góp phần nâng cao chất lượng cuộc sống của người cao tuổi và giảm thiểu tình trạng nhân viên nghỉ ốm.

Trong chăm sóc người cao tuổi, việc tuân thủ các tiêu chuẩn vệ sinh cụ thể là quyết định. Những tiêu chuẩn này không chỉ bảo vệ chống lại các nhiễm trùng hàng ngày mà còn chống lại các bệnh nghiêm trọng, như những bệnh do tác nhân kháng nhiều loại thuốc gây ra. Bên cạnh những biện pháp này, việc nâng cao nhận thức và đào tạo cho nhân viên chăm sóc là vô cùng quan trọng để đảm bảo các biện pháp vệ sinh hiện hành và hiệu quả, đồng thời liên tục điều chỉnh.

2.2 Các loại vệ sinh

Vệ sinh bao gồm nhiều lĩnh vực khác nhau, mỗi lĩnh vực yêu cầu các biện pháp cụ thể. Trong chăm sóc người cao tuổi, vệ sinh cá nhân, xã hội, cơ sở và môi trường giữ vai trò then chốt.

Vệ sinh cá nhân tập trung vào việc tự chăm sóc và giữ gìn vệ sinh của nhân viên và người dân. Điều này bao gồm vệ sinh tay thường xuyên, chăm sóc cơ thể cẩn thận và sử dụng trang bị bảo hộ cá nhân. Những biện pháp này bảo vệ cả nhân viên chăm sóc và người dân trước sự lây truyền của mầm bệnh.

Vệ sinh xã hội liên quan đến cuộc sống chung và sự tương tác trong cơ sở chăm sóc. Nó thúc đẩy các biện pháp bảo vệ sức khỏe trong cộng đồng, như tránh tiếp xúc gần khi có bệnh truyền nhiễm và tuân thủ phép lịch sự khi ho hoặc hắt hơi. Các chiến dịch thông tin và đào tạo củng cố sự hiểu biết và chấp nhận những biện pháp này.

Vệ sinh cơ sở đề cập đến các biện pháp có hệ thống trong các cơ sở chăm sóc. Điều này liên quan đến việc thiết lập và thực thi các hướng dẫn vệ sinh, cần được cập nhật thường xuyên. Điều này bao gồm kế hoạch vệ sinh và khử trùng, đào tạo nhân viên và kiểm soát việc tuân thủ các tiêu chuẩn vệ sinh.

Vệ sinh môi trường tập trung vào sự sạch sẽ và bảo trì môi trường vật lý của các cơ sở chăm sóc. Điều này bao gồm việc lau dọn và khử trùng bề mặt và thiết bị thường xuyên cũng như xử lý rác thải đúng cách. Một môi trường vật lý được bảo trì tốt giảm sự phát tán của mầm bệnh và tạo ra một môi trường an toàn cho cả người dân và nhân viên chăm sóc.

Những loại vệ sinh khác nhau này có mối liên hệ với nhau và yêu cầu một cách nhìn toàn diện để được thực hiện hiệu quả. Chỉ qua việc áp dụng phối hợp, chúng mới có thể đóng góp tối ưu vào việc phòng ngừa nhiễm trùng và bảo vệ tất cả những người tham gia trong việc chăm sóc người cao tuổi.

2.3 Cơ sở pháp lý của vệ sinh

Luật Bảo vệ chống nhiễm trùng (IfSG) là cơ sở cho tất cả các biện pháp vệ sinh trong việc chăm sóc người cao tuổi. Mục tiêu của nó là ngăn chặn các bệnh truyền nhiễm ở người và ngăn chặn sự lan truyền của chúng. Đối với các cơ sở chăm sóc, đặc biệt là Điều 36 IfSG rất quan trọng, vì nó đưa ra các yêu cầu cụ thể đối với các cơ sở cộng đồng để đảm bảo một tiêu chuẩn vệ sinh đầy đủ.

Quy định vệ sinh của các tiểu bang cụ thể hóa các quy định chung của IfSG. Những quy định của các tiểu bang này quy định chi tiết các biện pháp để đảm bảo vệ sinh trong các cơ sở chăm sóc. Chúng bắt buộc các cơ sở phải lập kế hoạch vệ sinh, bao gồm các biện pháp phòng ngừa và quản lý nhiễm trùng. Kế hoạch vệ sinh phải được kiểm tra thường xuyên và điều chỉnh theo các tiêu chuẩn khoa học hiện hành.

Nhân viên chăm sóc có nghĩa vụ thực hiện các tiêu chuẩn đã được xác định trong IfSG và các quy định vệ sinh. Điều này cũng bao gồm việc tham gia các khóa đào tạo và bồi dưỡng thường xuyên để nắm bắt các phát triển và biện pháp liên quan đến vệ sinh hiện nay. Các cơ sở phải đảm bảo rằng tất cả nhân viên đều được thông tin toàn diện về các hướng dẫn vệ sinh hiện hành và áp dụng chúng trong thực tế.

Ngoài ra, các cơ sở pháp lý quy định rằng khi tiếp nhận cư dân mới, phải tiến hành các hướng dẫn vệ sinh kỹ lưỡng để đảm bảo các biện pháp bảo vệ nhiễm trùng cần thiết mỗi cá nhân. Khi có ca bệnh cần báo cáo phát sinh, phải thông báo ngay cho sở y tế để nhanh chóng kiểm soát được các đợt bùng phát tiềm tàng.

Việc không tuân thủ các tiêu chuẩn vệ sinh pháp lý có thể dẫn đến hậu quả pháp lý. Vi phạm IfSG hoặc các quy định vệ sinh bị xử lý như vi phạm hành chính và có thể bị phạt tiền. Do đó, việc nắm vững các quy định pháp lý là điều không thể thiếu với mỗi nhân viên chăm sóc.

2.4 Vai trò của Viện Robert Koch (RKI) trong lĩnh vực vệ sinh và bảo vệ chống nhiễm trùng

Viện Robert Koch (RKI) đóng vai trò trung tâm trong lĩnh vực vệ sinh và bảo vệ chống nhiễm trùng trong chăm sóc người cao tuổi. Là cơ quan trung ương của chính phủ liên bang về giám sát và phòng ngừa bệnh tật, RKI phát triển các khuyến nghị và hướng dẫn để kiểm soát và giảm thiểu sự lây lan của các bệnh truyền nhiễm.

Một trong những nhiệm vụ chính của RKI là xây dựng và cập nhật hướng dẫn vệ sinh. Những hướng dẫn này dựa trên các hiểu biết khoa học hiện tại và phục vụ như cơ sở cho việc lập kế hoạch vệ sinh trong các cơ sở chăm sóc. Chúng bao gồm các khía cạnh khác nhau của bảo vệ chống nhiễm trùng, bao gồm vệ sinh tay, các biện pháp khử trùng và việc sử dụng thiết bị bảo vệ cá nhân.

Trong lĩnh vực giám sát, RKI theo dõi tình hình dịch tễ học của các bệnh truyền nhiễm. Điều này được thực hiện thông qua việc thu thập, phân tích và đánh giá dữ liệu liên quan. Những hiểu biết thu được từ đó giúp nhận diện các rủi ro nhiễm trùng hiện tại và cho phép thực hiện các biện pháp cụ thể để ngăn chặn việc lan truyền tác nhân gây bệnh trong công việc chăm sóc hàng ngày.

RKI làm việc chặt chẽ với các cơ quan y tế và các dịch vụ y tế công cộng khác để phát hiện và kiểm soát nhanh chóng các đợt bùng phát. Khi xảy ra một bệnh truyền nhiễm cần báo cáo trong một cơ sở chăm sóc, RKI cung cấp kiến thức chuyên môn và hỗ trợ để thực hiện các biện pháp kiểm soát hiệu quả.

Các chương trình đào tạo và tài liệu thông tin từ RKI là nguồn tài nguyên quan trọng cho nhân viên chăm sóc. Những nội dung này nâng cao nhận thức về các rủi ro hiện có và cung cấp các khuyến nghị thực hành. Chúng góp phần vào việc đào tạo liên tục cho nhân viên chăm sóc và hỗ trợ thực hiện đúng các biện pháp vệ sinh trong công việc hàng ngày.

Ngoài ra, RKI còn thúc đẩy nghiên cứu trong lĩnh vực bảo vệ chống nhiễm trùng và vệ sinh. Thông qua các nghiên cứu khoa học, những hiểu biết mới được tạo ra, dẫn đến cải thiện các tiêu chuẩn vệ sinh. Những kết quả nghiên cứu này được tích hợp vào các khuyến nghị của RKI và đảm bảo rằng các biện pháp dựa trên nền tảng khoa học mới nhất.

Tổng thể, RKI đảm bảo rằng các cơ sở chăm sóc có những thông tin và công cụ cần thiết để đảm bảo việc phòng ngừa nhiễm trùng hiệu quả. Nó hoạt động như một cầu nối quan trọng giữa khoa học, chính sách y tế và thực hành chăm sóc, để bảo vệ sức khỏe của cư dân cũng như nhân viên chăm sóc về lâu dài.

3 Các nguyên tắc cơ bản về vi sinh học

3.1 Vi khuẩn, vi rút, nấm và ký sinh trùng – đặc tính và sự khác biệt

Vi khuẩn là những vi sinh vật đơn bào, thuộc loại prokaryontisch, tức là chúng không có nhân tế bào. Chúng sinh sản thông qua sự phân chia tế bào và có thể tự sống và phát triển. Nhiều vi khuẩn vô hại hoặc có lợi, nhưng một số có thể gây ra bệnh. Kháng sinh có thể hiệu quả trong việc điều trị nhiễm trùng do vi khuẩn bằng cách chặn sự phát triển hoặc tiêu diệt vi khuẩn.

Vi rút nhỏ hơn rất nhiều so với vi khuẩn và bao gồm vật liệu di truyền, hoặc là DNA hoặc RNA, bao quanh bởi một lớp vỏ protein. Chúng là ký sinh trùng bắt buộc, nghĩa là chúng cần có tế bào chủ để nhân lên. Vi rút xâm nhập vào tế bào và sử dụng máy móc tế bào để tái tạo, thường là gây ảnh hưởng đến tế bào chủ. Có tồn tại thuốc chống vi rút, tuy nhiên, việc phát triển chúng khó hơn so với kháng sinh.

Nấm là những sinh vật eukaryotic, có thể là đơn bào như men hoặc đa bào như mốc. Chúng có nhân tế bào và sinh sản thông qua tạo bào tử hoặc chồi. Nấm có thể gây ra nhiễm trùng cơ hội ở những người suy giảm miễn dịch cũng như nhiễm trùng bề mặt như nấm da và nấm móng. Thuốc chống nấm được sử dụng để điều trị.

Ký sinh trùng là các sinh vật sống dựa vào chi phí của vật chủ và có thể là sinh vật đơn bào như protozoa hoặc sinh vật đa bào như giun. Chúng thường nhắm vào cơ thể con người để lấy dinh dưỡng, điều này có thể gây ra các bệnh. Để điều trị nhiễm trùng ký sinh trùng, các biện pháp chống ký sinh trùng thường được sử dụng, được điều chỉnh đặc biệt cho loại ký sinh trùng.

Sự khác biệt chủ yếu nằm ở cấu trúc tế bào, sự tái tạo và khả năng điều trị của các loại tác nhân gây bệnh khác nhau. Vi khuẩn phức tạp hơn và có các cấu trúc như thành tế bào; vi rút đơn giản hơn và cần vật chủ; nấm và ký sinh trùng là các eukaryote có mức độ phức tạp khác nhau với các vòng đời và cơ chế phòng vệ đặc thù. Kiến thức về những khác biệt này xác định các chiến lược phòng ngừa và điều trị nhiễm trùng trong chăm sóc người già và có vai trò quan trọng cho việc bảo vệ hiệu quả khỏi nhiễm trùng.

3.2 Các con đường lây truyền của mầm bệnh

Mầm bệnh có thể lây truyền theo nhiều cách khác nhau. Về cơ bản, người ta phân biệt giữa các đường truyền trực tiếp và gián tiếp.

Truyền trực tiếp diễn ra ngay lập tức từ một cá nhân bị nhiễm bệnh sang một người khác. Các ví dụ cho điều này bao gồm:

- **Truyền qua tiếp xúc:** Nhiễm trùng qua tiếp xúc hoặc tiếp xúc da, như ở bệnh Herpes simplex hoặc bệnh ghẻ.
- **Nhiễm trùng qua giọt bắn:** Khi ho, hắt hơi hoặc nói chuyện, mầm bệnh lây qua các giọt nước bọt lên niêm mạc của người khác, như ở bệnh cúm hoặc Covid-19.

Truyền gián tiếp diễn ra qua các nguồn trung gian bị ô nhiễm:

- **Fomite:** Các vật dụng hoặc bề mặt đã tiếp xúc với vật liệu nhiễm trùng có thể truyền mầm bệnh. Các ví dụ điển hình bao gồm tay cầm cửa hoặc ga trải giường.
- **Vector:** Côn trùng hoặc động vật vận chuyển mầm bệnh từ một vật chủ sang vật chủ khác. Một ví dụ là sự lây truyền bệnh sốt rét qua muỗi.

Khí dung đóng một vai trò đặc biệt trong việc truyền bệnh. Chúng là các hạt mịn lơ lửng trong không khí trong thời gian dài và có thể được hít vào ở khoảng cách xa. Điều này có liên quan đến các bệnh như lao hoặc sởi. Hiểu biết về các đường truyền này là rất quan trọng để phát triển các biện pháp vệ sinh hiệu quả trong chăm sóc người già nhằm ngăn ngừa nhiễm trùng và bảo vệ sức khỏe của cư dân và nhân viên chăm sóc.

3.3 Chuỗi lây nhiễm

Chuỗi lây nhiễm mô tả con đường của một mầm bệnh từ nguồn qua con đường lây truyền đến người nhận. Để ngăn ngừa nhiễm trùng, cần phải phá vỡ ít nhất một mắt xích của chuỗi này.

Nguồn nhiễm trùng thể hiện nguồn gốc của mầm bệnh. Đây có thể là những người nhiễm bệnh, động vật hoặc các vật dụng và vật liệu bị ô nhiễm. Các ví dụ đơn giản là các cư dân bị nhiễm bệnh trong các cơ sở chăm sóc hoặc các thiết bị y tế bị ô nhiễm.

Con đường lây truyền là con đường mà mầm bệnh từ nguồn nhiễm trùng đến người nhận. Có các con đường lây truyền trực tiếp, như tiếp xúc trực tiếp khi chăm sóc cư dân, cũng như các con đường lây truyền gián tiếp qua các vật dụng bị ô nhiễm hoặc qua không khí, chẳng hạn bằng các phần tử khí dung.

Người nhận là người có thể bị nhiễm bệnh. Trong các cơ sở chăm sóc, đó chủ yếu là các cư dân, thường có hệ miễn dịch suy yếu do tuổi tác hoặc các bệnh lý nền và do đó đặc biệt dễ bị nhiễm trùng.

Các biện pháp vệ sinh hiệu quả trong chăm sóc người cao tuổi nhằm đến việc phá vỡ chuỗi lây nhiễm. Quan trọng là các biện pháp như khử trùng bề mặt, tuân thủ vệ sinh tay và sử dụng trang thiết bị bảo vệ cá nhân. Cũng cần đào tạo nhân viên chăm sóc về việc nhận biết và triển khai các biện pháp cần thiết nhằm phá vỡ chuỗi lây nhiễm, qua đó giảm thiểu nguy cơ lây lan nhiễm trùng. Mỗi can thiệp chiến lược nhằm trung hòa nguồn nhiễm trùng, gây trở ngại cho con đường lây truyền hoặc bảo vệ người nhận sẽ làm giảm đáng kể khả năng lây lan nhiễm trùng.

7 Đây chỉ là bản xem trước

Cuốn sách đầy đủ có trên <https://www.altenpflege.de> cho người dùng đã đăng ký. Việc đăng ký và sử dụng đều miễn phí. Ai không muốn đăng ký có thể chuyển khoản số tiền được nêu ở trang 2 qua Paypal tới buchhaltung@factsoft.de và ghi rõ tên sách cũng như địa chỉ email. Sau đó, họ sẽ nhận được PDF gửi qua email.

Bên cạnh việc truy cập miễn phí vào các sách giáo khoa ngắn, việc đăng ký trên [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de) còn cho phép ứng tuyển trực tiếp vào các công việc. Và cả việc tự đăng tin tuyển dụng miễn phí. Hãy trở thành một phần của cộng đồng [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de).