

Препоръки към държавите членки за подобряване на хигиената на ръцете с оглед предотвратяване предаването на вируса COVID-19

Временно ръководство
1 април 2020

Световна здравна организация (СЗО)

Препоръки

Препоръчва се на държавите членки повсеместно да подобрят условията за поддържане хигиената на ръцете с оглед предотвратяване предаването на вируса COVID-19 чрез:

1. Осигуряване на свободен достъп до обществени пунктове за хигиена на ръцете и задължителното им използване при влизане и излизане от всяка сграда с обществено предназначение и обществени транспортни средства.

2. Подобряване на достъпа до съоръжения за хигиенизиране на ръцете и на практиките в лечебните заведения.

Контекст

Според наличните до момента данни вирусът COVID-19 се разпространява по въздушно-капков и контактен път. Предаването при контакт възниква, когато замърсени с вируса ръце докоснат лигавицата на устата, носа или очите; вирусът също може да бъде пренесен от една повърхност на друга чрез замърсени ръце, което улеснява индиректното контактно разпространение. Следователно хигиената на ръцете е изключително важна както за предотвратяването на разпространението на COVID-19, така и на други вируси и бактерии, причиняващи обикновени настинки, грип и пневмония, като по този начин общата заболяемост намалява.

Въпреки че осведомеността за важноста на хигиената на ръцете за предотвратяване на инфекция с COVID-19 е добра, достъпът до съоръжения за хигиена на ръцете, включващи дезинфектанти на алкохолна основа, както и сапун и вода, често пъти е недостатъчен на обществени места и в лечебни заведения, особено в страните с ниско и средно ниво на доходи. Според оценка на СЗО и УНИЦЕФ в световен мащаб три милиарда души нямат условия за поддържане на добра хигиена на ръцете у дома, а две от пет лечебни заведения нямат пунктове за хигиена на ръцете в местата за лечение.¹ Освен това поддържането на хигиената на ръцете става все по-трудно заради недостига на дезинфектанти.

Когато хигиената на ръцете се предоставя безплатно и органите за обществено здраве я въведат като задължителна, приемането и спазването на най-добрите практики се подобряват, включително при извънредни ситуации в наднационален мащаб.^{2,3} Хигиената на ръцете е най-ефективната самостоятелна мярка за намаляване разпространението на инфекции чрез мултимодални стратегии, включително достъп до подходящите консумативи.⁴ Следователно това ръководство е от значение за всички държави и е особено препоръчително за зони без осигурени условия за хигиенизиране на ръцете.

Препоръки на СЗО:

Осигуряване на един или няколко пункта за хигиенизиране на ръцете (за измиване на ръцете със сапун и вода^a или с дезинфектант на алкохолна основа^b) на входа на всички обществени сгради (включително училища и лечебни заведения) или частни сгради, така че всеки посетител да хигиенизира ръцете си преди влизане и при излизане от сградата.

1. Условия за хигиенизиране на ръцете следва да се осигурят на транспортните станции и особено на големите автобусни и жп гари, летища и морски пристанища.
2. Количеството и използваемостта на пунктовете за хигиена на ръцете трябва да бъдат адаптирани към възрастовата и социална група (например малки деца, възрастни хора, хора с нарушена мобилност) и броя на потребителите, за да се насърчи използването и да се намали времето за изчакване.
3. Осигуряването, поддържането и редовното презареждане на оборудването се делегират на административните ръководители на обществените сгради, а контролът се извършва от органите за обществено здраве. Поощряват се всички инициативи на частния сектор и гражданското общество за осигуряване и поддържане на оборудването.
4. Използването на обществени пунктове за хигиена на ръцете трябва да бъде задължително преди влизане в сгради и ползване на обществен транспорт по време на пандемията COVID-19. Редовното хигиенизиране на ръцете извън частните домове може да се превърне в рутинна практика.
5. Всички лечебни заведения трябва да въведат или да засилят своите мултимодални програми^c за подобряване на хигиената на ръцете и бързо да осигурят достатъчни количества качествени хигиенни продукти за ръце, опреснително обучение за хигиена на ръцете, напомнания и съобщения за значението на хигиената на ръцете за предотвратяване на разпространението на вируса COVID-19.
6. Регионалните здравни власти трябва да осигурят постоянни пунктове за хигиена на ръцете (диспенсъри^d с дезинфектант на алкохолна основа или сапун, вода и кърпи за еднократна употреба) за всички здравни работници във всички здравни центрове. Тези пунктове трябва да се намират на места, където се поставят и свалят личните предпазни средства, а също и където се работи с медицински

^a Там, където не са налични дезинфектанти на алкохолна основа или сапун, възможно е да се използва воден разтвор на почистващ препарат. Съотношението почистващ препарат и вода е строго индивидуално в зависимост от използвания почистващ препарат.

^b Хлорните разтвори за измиване на ръце не се препоръчват поради потенциалния риск за потребителите и тези, които приготвят разтворите, както и поради разграждането на хлора, изложен на слънчева светлина или топлина. Сапунът обикновено е евтин и лесно достъпен, а могат да се използват и течни сапунени разтвори.

^c Мултимодалната стратегия за подобряване на хигиената на ръцете на СЗО включва следните елементи:

1. Промяна на вътрешния ред с осигурено наличие на дезинфектанти на алкохолна основа, както и на сапун, вода и еднократни кърпи;
2. Упражняване и обучение на здравните работници на най-добрите практики за миене на ръцете;
3. Оценка и обратна връзка за осигурената инфраструктура за поддържане хигиената на ръцете в съответствие с други показатели;
4. Съобщения, които да напомнят на всички здравни работници и пациенти за хигиената на ръцете;
5. Безопасни условия на труд с видима ангажираност от страна на висшите мениджъри и целия персонал.

^d Ефективният продукт за почистване на ръцете на алкохолна основа трябва да съдържа между 60-80% алкохол и неговата ефективност трябва да бъде доказана в съответствие с Европейска норма 1500 или стандартите на ASTM International (по-рано, Американско дружество за тестове и материали).

отпадъци. В допълнение, пунктове за хигиена на ръцете трябва да има на разположение за всички пациенти, техните семейства и посетители и в рамките на 5 метра от тоалетните, на входовете и на изходите на сградата, в чакалните и приемните и на други обществени места.⁵ СЗО препоръчва да бъде подкрепено местното производство на дезинфектанти на алкохолна основа от различни видове аптеки или от частни компании, особено ако търговските възможности са ограничени или твърде скъпи.⁶

7. Здравните работници трябва да хигиенизират ръцете си, използвайки правилна техника⁷ и в съответствие с инструкциите „*Моите 5 минути за хигиена на ръцете*“⁷, и по-специално:
 - преди да облекат или след като съблекат своето лично предпазно облекло;
 - когато сменят ръкавиците;
 - след контакт с пациенти, които са със съмнение или с доказано наличие на COVID-19;
 - след всеки контакт с пациенти със съмнение или потвърден COVID-19, съответно техни отпадъци или непосредствен контакт с всичко, което е заобикаляло тези пациенти;
 - след контакт с дихателни (носни) секрети;
 - преди приготвяне на храна и хранене;
 - след използване на тоалетна.
8. Насърчават се всички лечебни заведения за активно участие в инициативата на СЗО „*Спасете живот: Мийте вашите ръце*“ преди и на 5 май 2020 г.⁸ и да отговорят на призива на Генералния секретар на Обединените нации за добри санитарни условия в лечебните заведения по отношение водоснабдяване, почистване, управление на медицинските отпадъци и поддържане на хигиената.⁹

Литература

1. WASH in health care facilities: global baseline report 2019. Geneva: World Health Organization; New York: United Nations Children’s Fund; 2019 (<https://apps.who.int/iris/handle/10665/311620>, accessed 2 April 2020). /.
2. Wolfe MK, Gallandat K, Daniels K, Desmarais AM, Scheinman P, Lantagne D. Handwashing and Ebola virus disease outbreaks: a randomized comparison of soap, hand sanitizer, and 0.05% chlorine solutions on the inactivation and removal of model organisms Phi6 and *E. coli* from hands and persistence in rinse water. PLoS ONE. 2017;12(2): e0172734. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0172734>
3. Sterk E. Filovirus haemorrhagic fever guideline. Geneva: Médecins Sans Frontières; 2008 (<https://ebolacommunicationnetwork.org/ebolacomresource/filovirus-haemorrhagic-fever-guideline/>).
4. Roddy P, Colebunders R, Jeffs B, Palma PP, Van Herp M, Borchert M. Filovirus hemorrhagic fever outbreak case management: a review of current and future treatment options. J Inf Dis. 2011;204(Suppl. 3):S791–5. https://academic.oup.com/jid/article/204/suppl_3/S791/2192235.
5. Infection prevention and control: the evidence for clean hands. Geneva: World Health Organization; 2020 (https://www.who.int/infection-prevention/publications/hh_evidence/en/).
6. Guide to local production: WHO-recommended handrub formulations. Geneva: World Health Organization; 2010 (https://www.who.int/gpsc/5may/Guide_to_Local_Production.pdf, accessed 2 April 2020).
7. Hand hygiene: why, how & when? Geneva: World Health Organization; 2009 (https://www.who.int/gpsc/5may/Hand_Hygiene_Why_How_and_When_Brochure.pdf, accessed 2 April 2020) .

8. Save lives: clean your hands, 5 May 2020. Nurses and midwives, clean care is in your hands! Geneva: World Health Organization; 2020 (<https://www.who.int/infection-prevention/campaigns/clean-hands/en/>, accessed 2 April 2020) .
9. WASH in health care facilities. Geneva: World Health Organization; 2020 (https://www.who.int/water_sanitation_health/facilities/healthcare/en/, accessed 2 April 2020).