



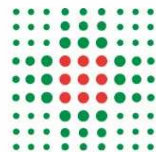
La SALUTE è nelle tue MANI



AUSL IMOLA

L'igiene delle mani

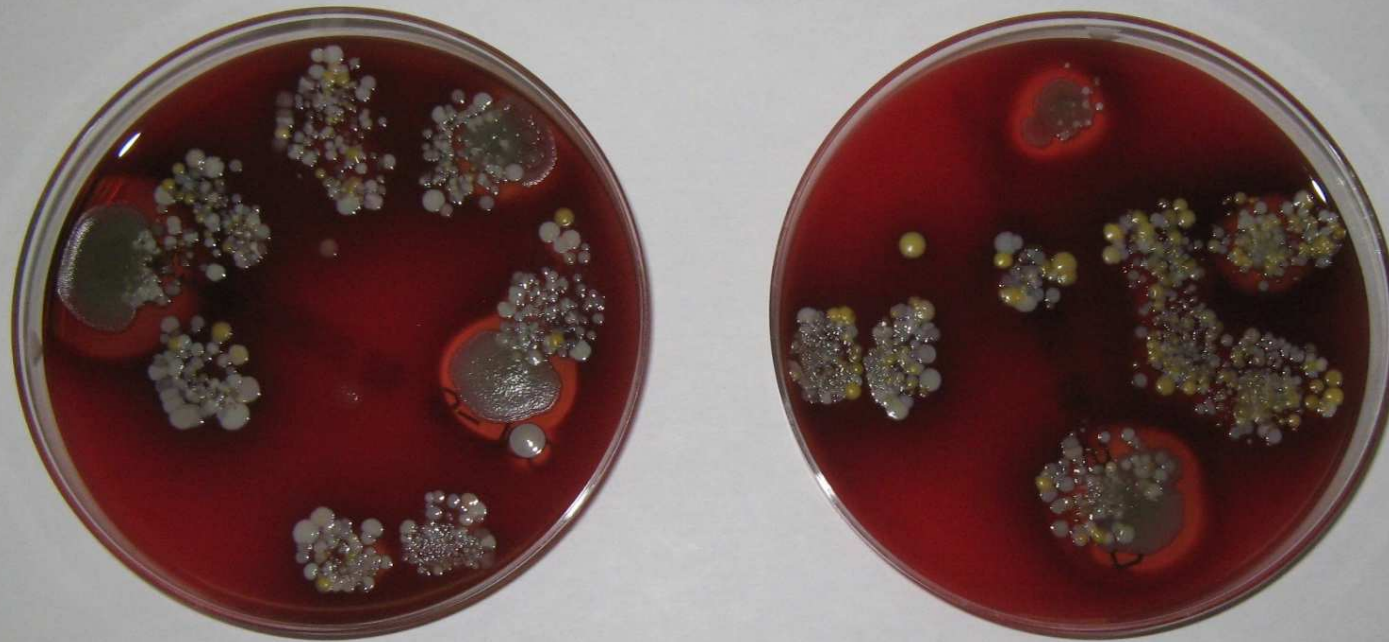
Informazioni generali



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Imola



- Perché è **IMPORTANTE** lavarsi le mani
- **QUANDO** vanno lavate le mani
- **COSA** è **NECESSARIO** per lavarsi bene le mani
- **COME** vanno lavate le mani
- Che cosa si può fare se **MANCA ACQUA** e **SAPONE**



Come sono le nostre mani prima di essere lavate



Perché è **IMPORTANTE** lavarsi le mani

Perché ci ammaliamo di meno....

- La pelle delle mani è abitata da batteri che possono essere trasmessi attraverso le attività di vita quotidiana causando influenza, Raffreddore, Diarrea, malattie infettive
- Lavare le mani riduce il numero dei batteri sulla pelle, abbassando così il rischio di ammalarsi



Quando vanno lavate le mani

- Quando sono visibilmente sporche
- Prima di preparare da mangiare e dopo aver manipolato carne cruda (suino, pollo, ecc)
- Prima di mangiare
- Dopo essere andati in bagno
- Dopo aver starnutito o dopo essersi soffiato il naso
- Dopo aver curato/toccato un animale
- Prima e dopo essere stati vicini ad un malato
- Prima e dopo aver medicato una ferita
- Dopo il cambio del pannolino a un bambino o adulto
- Dopo l'uso dei mezzi pubblici
- Quando si rientra a casa



COSA è NECESSARIO per lavarsi bene le mani

A CASA: sapone liquido o sapone solido

LUOGO PUBBLICO: sapone liquido nell'apposito dispenser

A CASA: asciugamano pulito e personalizzato

LUOGO PUBBLICO: salvietta monouso o aria calda

A CASA: eventuale spazzolino per la pulizia delle unghie (da mantenere pulito)



COSA è NECESSARIO per lavarsi bene le mani

A CASA: sapone liquido o sapone solido?

Come prevenire la contaminazione batterica del sapone?

SAPONE LIQUIDO: conservato in un dispenser, se riutilizzato, quando finisce il sapone, occorre:

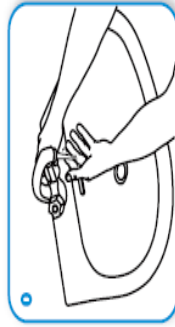
- 1) Lavare ed asciugare il dispenser
- 2) Riempire di nuovo il dispenser di sapone

SAPONE SOLIDO: conservato su un'apposita griglia in modo tale che si mantenga asciutto

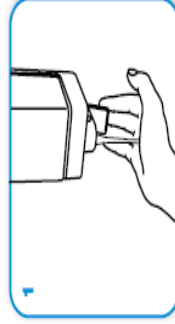
Come lavarsi le mani con acqua e sapone?

LAVA LE MANI CON ACQUA E SAPONE, SOLTANTO SE VISIBILMENTE SPORCHE! ALTRIMENTI, SCEGLI LA SOLUZIONE ALCOLICA!

Durata dell'intera procedura: 40-60 secondi



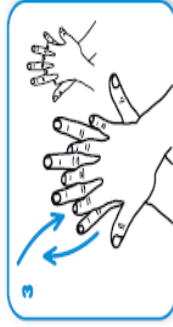
Bagna le mani con l'acqua



applica una quantità di sapone sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani



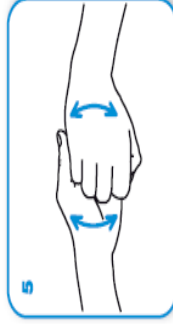
friziona le mani palmo contro palmo



il palmo destro sopra il dorso sinistro intrecciando le dita tra loro e viceversa



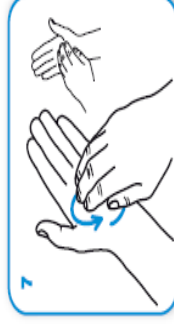
palmo contro palmo intrecciando le dita tra loro



dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro



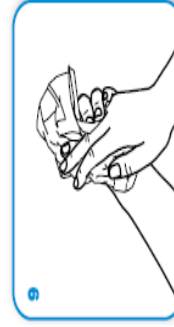
frizione rotazionale del pollice sinistro stretto nel palmo destro e viceversa



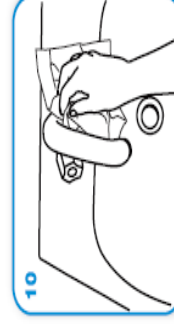
frizione rotazionale, in avanti ed indietro con le dita della mano destra strette tra loro nel palmo sinistro e viceversa



Risciacqua le mani con l'acqua



asciuga accuratamente con una salvietta monouso



usa la salvietta per chiudere il rubinetto



...una volta asciutte, le tue mani sono sicure.



Per garantire l'efficacia del lavaggio mani:

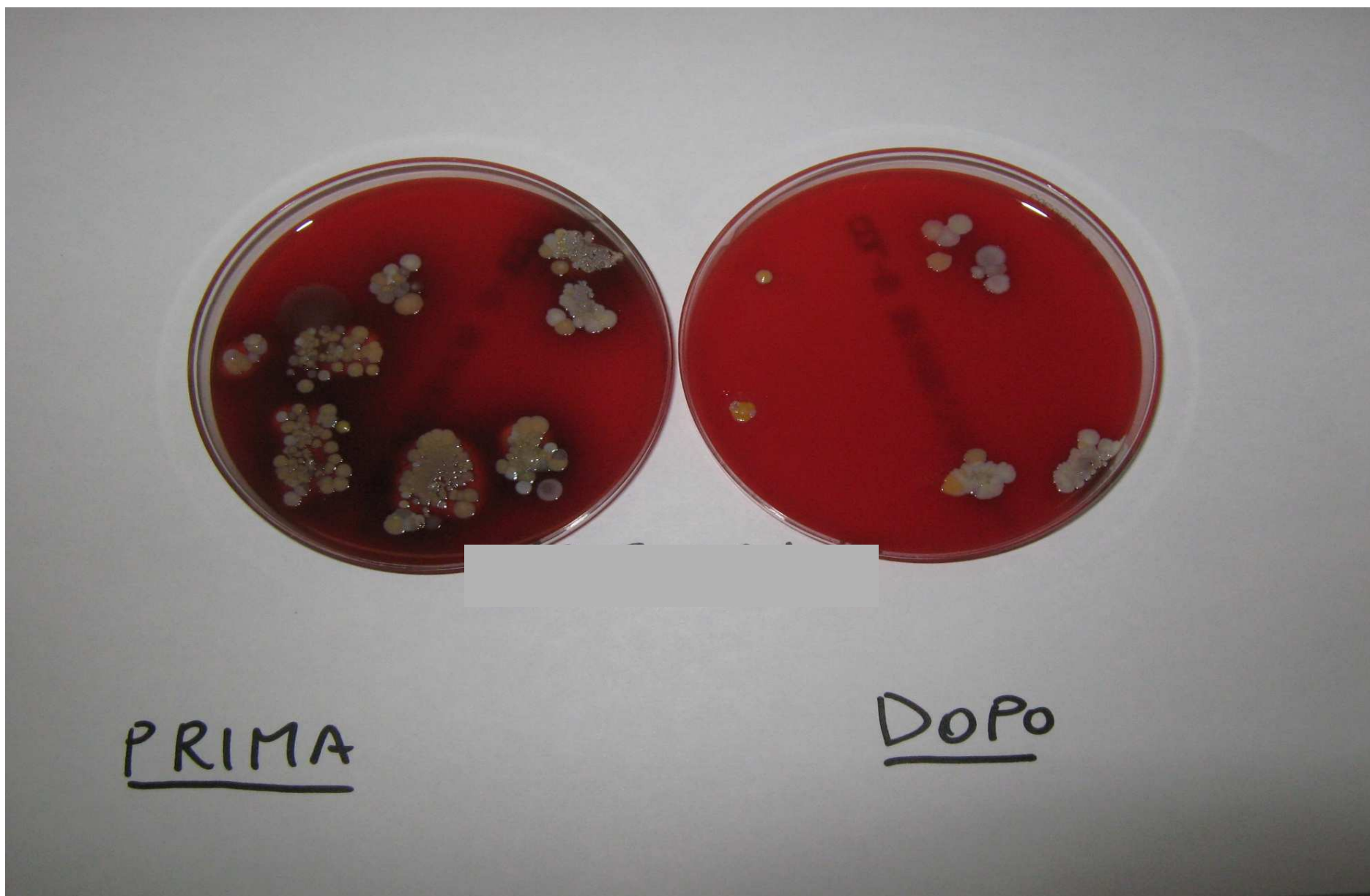
- togliere gli anelli la pelle sotto gli anelli è molto sporca!
- unghie corte e ben curate

e se **MANCA ACQUA E SAPONE USARE LA SOLUZIONE ALCOLICA :**

- rispettare la stessa modalità per il lavaggio acqua e sapone
- in 20/30 secondi le mani sono asciutte e sicure
- da usare quando le mani sono visibilmente pulite
- non eseguire insieme l'igiene con acqua e sapone e soluzione alcolica perché provoca delle irritazioni



Efficiacia del lavaggio delle mani





Concludendo...

1. Lavarsi le mani riduce il rischio di ammalare
2. E' bene ricordarsi di lavare le mani in diversi momenti della nostra vita quotidiana (mangiare, preparare i pasti, dopo l'uso del bagno, al rientro a casa, ecc...)
3. Lavarsi le mani secondo la tecnica giusta perché sia efficace
4. Se non abbiamo acqua e sapone usiamo la soluzione alcolica