

ГИГИЕНЫ РУК С ЗЕММЕЛЬВЕЙСЕМ - СПАСИТЕЛЬ МАТЕРЕЙ

Элмуротова Дилноза Бахтиёровна¹, Базарбаев Муратали Ирисбаевич²

Азимов Шавкат Шухратович³, Нематов Шерзод Каландарович⁴

Ташкентская Медицинская Академия^{1,2}

Ташкентский Государственный Технический Университет³

dilnoza_elmurotova_tma@mail.ru

Аннотация: на статье приведено сведение о 5 мае – всемирным днем гигиены рук и о венгерском врач-акушера, профессора Земмельвейс - спасители матерей. Показано, что контроль гигиены рук в здравоохранении пропагандируют первой линии защиты в борьбе с пандемией, но и для повышения устойчивости к будущим вспышкам заболеваний.

Ключевые слова: гигиена, рука, Земмельвейс, спасатель, микроб, жизнь, медицина, дизентерия, инфекция, Будапешт

Введение

Гигиена рук — это первостепенная мера и основное условие для борьбы с возникновением инфекций, связанных с оказанием медицинской помощи, распространения антибиотикорезистентных штаммов возбудителей, а также возникновения вспышек инфекционных заболеваний в организациях здравоохранения. Известно, что 5 мая – всемирный день гигиены рук. Этот день призван напомнить людям о влиянии мытья рук на здоровье, сделать эту процедуру естественной, как дома, так и вне его. Главная задача этого дня – привлечь внимание к своевременному и правильному мытью рук, ведь это самый эффективный способ не только защитить себя от заболеваний, но и остановить их рост [1-4].



Гигиена рук

Существует множество заболеваний, которых можно избежать, если вовремя помыть руки (или хотя бы протереть влажной дезинфицирующей салфеткой). Одно из таких заболеваний в простонародье называется «болезнью грязных рук», а в медицине – «дизентерией». Брюшной тиф, гепатит, холера, респираторные инфекции – все эти болезни также являются результатом плохого мытья рук. Множество людей попадают в больницы именно из-за своей халатности, забывая вовремя помыть руки перед приемом пищи [5].

По статистическим данным, мытье рук с мылом, при возвращении домой из общественных мест или после поездки в общественном транспорте, после посещения туалета и перед едой, позволяет снизить уровень диарейных заболеваний более чем на 40 %, а респираторных инфекций — почти на 25%. Во время эпидемий множество людей избежали заболеваний именно потому, что вовремя и регулярно мыли руки. Нам известны достоверные сведения относительно того, какое эффект производит на микробов простое действие – мытье рук. Только представьте себе, что микробы погибают в течение 10 минут, если их поместить на чистую кожу рук. Микробы на коже грязных рук сохраняются и продолжают жить в 95% из всех случаев.

- на наших руках от кончиков пальцев до локтей может находиться от 2 млн до 140 млн бактерий;
- на руках бактерии и микробы могут оставаться живыми до 3 часов;
- мокрые руки передают в 1000 раз больше бактерий, чем сухие;
- под часами или браслетом на руке прячутся миллионы бактерий, а под обручальным кольцом может быть больше бактерий, чем жителей во всей Европе!

Теоретические основы: Ученые выяснили, что на женских руках микробов и бактерий гораздо больше, чем на руках у мужчин [5-8]. Различие в количестве патогенной микрофлоры на руках объясняется разной кислотностью кожи (у женщин она ниже), различным потоотделением и гормональным фоном. У тех, кто занимается физическим трудом, руки гораздо чище, чем у офисных работников, а в рейтинге самых зараженных микробами бытовых предметов лидируют телефонная трубка (в т.ч. мобильный телефон), письменный стол, клавиатура и мышь компьютера – как раз то, чем пользуются в офисах.

Очень важно тщательно мыть руки с мылом перед едой, перед кормлением ребенка и перед приготовлением пищи, т.к. патогенные микробы с грязных рук могут вместе с пищей попасть в организм человека. После прикосновения к сырому мясу или рыбе и после обработки сырых продуктов питания тоже необходимо тщательно вымыть руки, т.к. на таких продуктах микробы и вирусы размножаются особенно быстро.

Необходимо помнить, что важно не только тщательно вымыть руки с мылом и смыть пену водой. Такое же большое значение имеет высушивание рук после мытья. Это связано с тем, что влажные руки переносят больше бактерий и вирусов, чем сухие. Самый эффективный способ сократить распространение бактерий – это пользоваться бумажным полотенцем.

Всегда соблюдайте эти простые шаги, когда моете руки [8]:

1. Намочите руки проточной водой.
2. Намыльте жидким мылом, мылом-пенной или кусковым мылом.
3. Взбейте пену и распределите ее по ладоням и их тыльным сторонам, а также пальцам.
4. Трите руки как минимум 20-30 секунд. Не забудьте тщательно вымыть не только ладони, но и их тыльную сторону, запястья, область между пальцами и под ногтями.
5. Тщательно смойте пену.
6. Вытрите насухо бумажным полотенцем.

Ежегодная инициатива «Спасайте человеческие жизни: соблюдайте чистоту рук» является составной частью важной глобальной деятельности, возглавляемой ВОЗ в поддержку работников здравоохранения, которая направлена на улучшение гигиены рук в медицинских учреждениях и тем самым на поддержку профилактики больничных инфекций, часто представляющих угрозу для жизни.

Эта инициатива является составной частью программы ВОЗ «Чистота повышает безопасность медицинской помощи», направленной на уменьшение числа больничных инфекций во всем мире.

Эта программа была провозглашена в 2005 году. На сегодняшний день основное направление программы «Чистота повышает безопасность медицинской помощи» — соблюдение чистоты рук в медицинских учреждениях. Программа способствует активизации усилий на многих уровнях, включая министерства здравоохранения, которые выразили приверженность уменьшению числа больничных инфекций и готовность

поддержать работу ВОЗ. За это время более 40 стран и областей также приступили к проведению кампаний по гигиене рук.



5 май-Всемирный день гигиены рук

Программа всемирной организации здравоохранения «Спасайте человеческие жизни: соблюдайте чистоту рук», провозглашенной в 2009 году [5]. Эта кампания направлена на осуществление первой глобальной задачи ВОЗ по обеспечению безопасности пациентов — чистота повышает безопасность медицинской помощи. Дата 5.5. символизирует по 5 пальцев на каждой из рук человека.

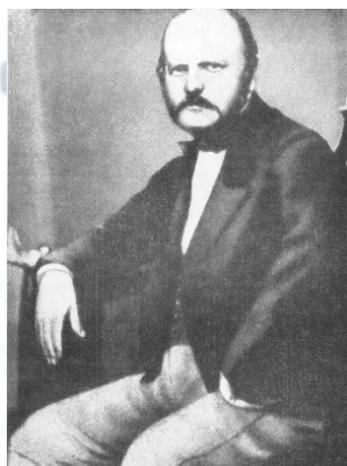
История гигиены рук началась в середине девятнадцатого века. В 1847 году первопроходец в области гигиены рук Игнац Земмельвейс выступил за мытье рук раствором хлорированной извести в целях снижения ужасающе высоких показателей смертности в родильных домах.

Игнац Филипп Земмельвейс (1818-1865)— венгерский врач-акушер, профессор, заложивший эмпирические начала антисептики, ставший по существу основоположником этого метода, открывшего новую эпоху в развитии всех направлений медицины. Земмельвейс родился 1 июля 1818 г.в Венгрии, в Табанае (сейчас часть Будапешта) в семье преуспевающего бакалейщика. Закончил медицинский факультет Венского университета со специализацией по хирургии и акушерству. В 1846 - 1850 гг. работал в Вене в акушерской клинике профессора Клейна. В 1855 г. стал профессором Будапештского университета.



Кадр из художественного фильма «Земмельвейс - спаситель матерей», ГДР, 1950 год

В 1861 году была опубликована его книга, установив связь между послеродовой лихорадкой (также известной как «родильная лихорадка») и несоблюдением гигиены рук лечащими врачами [9].



Игнац Земмельвейс, 1858 год

В 1850 году Земмельвейс выступил с тремя докладами, которые широко обсуждались. Земмельвейса назначили доцентом теоретического акушерства в университете.



Памятник Игнацу Земмельвейсу в Будапеште

Игнац Земмельвейс умер незадолго до того, как его учение, подкрепленное опытами Луи Пастера и исследованиями Джозефа Листера, стало общепризнанным. Он вошел в историю под прозвищем «спаситель матерей» [10].

Флоренс Найтингейл внедрила меры гигиены, включая мытье рук персоналом, в госпиталях времен Крымской войны и статистически доказала, что эти меры снизили смертность среди солдат. Со временем фактические данные дополнялись, и было доказано, что гигиена рук помогает предотвратить целый ряд респираторных и диарейных заболеваний, а также играет решающую роль в борьбе с бактериальными инфекциями в медицинских учреждениях.

В первые годы нового тысячелетия значение гигиены рук как жизненно важной профилактики в области общественного здравоохранения возросло благодаря все большему вкладу ученых в социальные и поведенческие науки. Кроме того, важную роль начал играть частный сектор, предоставляя маркетинговые знания и рекомендации по улучшению рынка средств гигиены рук. Это привело к возникновению партнерских отношений с участием многих заинтересованных сторон и развитию целого ряда ресурсов.

Государственно-частное партнерство в области мытья рук было создано в 2001 году участниками, в число которых входили Всемирный банк, Центры по контролю и профилактике заболеваний (ЦКЗ), ЮНИСЕФ, Университет Джона Хопкинса, Лондонская школа гигиены и тропической

медицины, Агентство Соединенных Штатов по международному развитию (ЮСАИД), корпорации Unilever, Proctor and Gamble и Colgate-Palmolive. В следующем году один из членов партнерства, ЦКЗ, опубликовал важный набор руководящих принципов. Несколько лет спустя партнерство основало Всемирный день мытья рук, который в настоящее время ежегодно отмечается 15 октября более чем в ста странах, причем особенно активными участниками являются школьники. Партнерство продолжает расширяться и насчитывает почти 40 членов и филиалов.

Параллельно с этим ВОЗ выпустила Руководство по гигиене рук в здравоохранении вместе со стратегией совершенствования, инструментами оценки и набором инструментов для улучшения и продолжает обновлять и дополнять эти ресурсы.

Результаты исследований: Опыт показывает, что прогресс в области гигиены рук периодически ускоряется в результате громких вспышек заболеваний, включая вирус свиного гриппа H1N1, лихорадку Эбола и, наконец, недавний вирус COVID-19. В ответ на COVID-19 правительства пропагандируют гигиену рук не только в качестве первой линии защиты в борьбе с пандемией, но и для повышения устойчивости к будущим вспышкам заболеваний.

Хотя жидкие и гелевые дезинфицирующие средства для рук, такие как АВНР, играют важную роль в учреждениях здравоохранения и все чаще используются в дополнение к мытью рук в школах, офисах и общественных местах, в настоящем докладе основное внимание уделяется мытью рук с мылом как широко практикуемому поведению как в промышленно развитых, так и в развивающихся странах, и наиболее распространенному в домохозяйствах.

В медицинских учреждениях руководящие принципы ВОЗ требуют, чтобы мониторинг гигиены рук осуществлялся путем непосредственного наблюдения. Также по мере разработки надежных систем растет интерес к электронному мониторингу, ориентированному на пункты оказания медицинской помощи.

В свете трудностей измерения гигиены рук путем наблюдения прогресс в достижении глобальной цели ЦУР в области гигиены измеряется с помощью простого показателя, связанного с наличием средств для мытья рук с мылом на уровне домохозяйств. Наличие приспособлений для гигиены рук также используется в качестве косвенного показателя при измерении охвата в школах и медицинских учреждениях.

Контроль за гигиеной рук во всем мире осуществляется СПМ с использованием согласованных на глобальном уровне определений и методов.

Домохозяйства или школы, в которых есть приспособления для мытья рук с мылом и водой, доступные в помещениях, соответствуют критериям «базовых» услуг в области гигиены. Приспособления, как и мыло, могут отличаться. Домохозяйства или школы, в которых установлены санитарно-гигиенические приспособления, но отсутствует вода или мыло, классифицируются как предоставляющие «ограниченные» услуги и отличаются от домохозяйств или школ, в которых полностью отсутствуют приспособления для мытья рук. В некоторых культурах зола, почва, песок или другие материалы используются в качестве средств для мытья рук, но они менее эффективны, чем мыло, и поэтому также относятся к ограниченным услугам.

В медицинских учреждениях АВНР также включены в определение гигиенических услуг и считаются «золотым стандартом», когда они доступны и если руки выглядят визуально чистыми. «Иерархическая лестница услуг» в области гигиены, представленных в ЦУР в домохозяйствах, школах и медицинских учреждениях.

Заключение: показано, что контроль гигиены рук в здравоохранении пропагандируют первой линии защиты в борьбе с пандемией, но и для повышения устойчивости к будущим вспышкам заболеваний.

Использованные литературы

1. IX Конгресс с международным участием, контроль и профилактика инфекций, связанных с оказанием медицинской помощи (ИСМП-2021) Сборник тезисов Под редакцией академика РАН В.Г. Акимкина Москва ФБУН ЦНИИ Эпидемиологии Роспотребнадзора 2021.

2. «Руководство ВОЗ по гигиене рук в медико-санитарной помощи».2006 год.

3. Гигиена рук и использование перчаток в ЛПУ. Под ред. Академика РАЕН Л.П. Зуевой.-СПб., 2006.

4. Капба И.В., Чистякова А.Ю., Зубова Е.Н. Обработка рук и кожных покровов в целях профилактики внутрибольничных инфекций // ООО «Издательский дом «Форте Пресс» 2004 год.

5. Инфекционная безопасность в медицинских учреждениях. Руководство для медицинских работников. Москва 2005 год.

6. Голуб В.С., Себут Н.С., Пашкович В.В. и др. Гигиеническая и хирургическая антисептика кожи рук медицинского персонала // Инструкция по применению.

7. Профилактическая медицина-2015: материалы Всероссийской научно – практической конференции с международным участием. 25 ноября 2015 года / под ред. А.В. Мельцера, Изд-во СЗГМУ им. И.И. Мечникова, 2015. — 308 с.

8. <https://modkb.by/zdorovyj-obraz-zhizni>

9. <https://www.who.int/>

10. https://gcmp.ru/oldpages_zammelveic

**"Innovations in Science and
Technologies"**