

Saiba como pode ajudar a prevenir as infeções associadas aos cuidados de saúde (IACS)

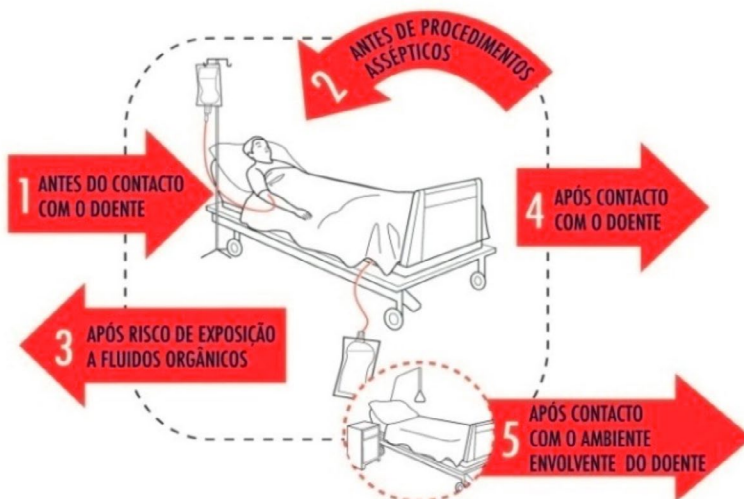
Todos os profissionais, familiares e doentes têm responsabilidade na prevenção das IACS. Assim, o doente ou os seus familiares podem contribuir para prevenir as IACS se utilizarem as orientações desta *checklist*.

- Higienize sempre as mãos com água e sabão ou com uma Solução Antisséptica de Base Alcoólica (SABA) antes de comer, depois de utilizar as instalações sanitárias ou se tocar em algum objeto/equipamento que possa estar contaminado.
- Peça aos seus familiares para perguntarem onde podem encontrar SABA para colocar perto de si (p.ex. na mesa de cabeceira)
- Peça aos seus familiares e visitas que higienizem as mãos assim que entrarem no quarto, antes de lhe tocarem. Já ouviu falar nos 5 momentos para a higiene das mãos? Estes momentos são válidos também para as visitas. Mostre aos seus familiares quando deve utilizar os cinco momentos para a higiene das mãos conforme apresentado na figura:

- Se alguém se esquecer de higienizar as mãos, peça educadamente para o fazer mesmo aos médicos ou enfermeiros.

Lembre-se que as luvas só protegem o doente se foram colocadas em mãos limpas (entre outras razões porque as luvas podem ter microperfurações não visíveis).

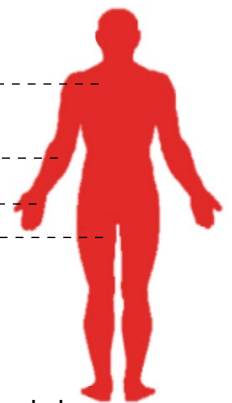
- Se o profissional tiver de colocar um cateter central (por exemplo no pescoço, junto à clavícula ou na virilha) ou um cateter periférico verifique se os profissionais cumprem sempre os seguintes procedimentos:
 - Higienizam as mãos imediatamente antes de tocar no doente e no cateter central ou periférico;
 - Usam instrumentos e materiais esterilizados;
 - Desinfetam a pele onde vai ser colocado o cateter central ou periférico;
 - Escolhem o local mais seguro para inserção do cateter (a veia da sub-clávia é o local mais seguro e menos propício para contrair infeções). Se escolherem a virilha pergunte-lhes “Qual o motivo”;



Cateter Central
(o local mais propício)

Cateteres Venosos Periféricos

Cateter Central
(pode ser colocado na virilha mas não é o local mais seguro)



- Usam lençóis limpos para cobrir o doente;
- Estão a usar máscara;
- Cobrem a área da intervenção com campos esterilizados.
- Higienizam as mãos após retirarem as luvas.

- Durante o tempo que o cateter central ou periférico estiver a ser utilizado os profissionais de saúde devem:
 - higienizar sempre as mãos antes de manipularem os cateteres ou as torneiras dos sistemas de administração de soros ou de medicamentos;
 - desinfetar com álcool a 70% as torneiras ou conexões dos sistemas antes da administração dos medicamentos.

Medidas Complementares:

- Caso tenha dúvidas em relação ao estado de limpeza de algum dos objectos que se encontram no seu ambiente envolvente informe o enfermeiro ou responsável do serviço, ou peça aos seus familiares para o informarem de forma a procederem à limpeza dos objetos. Tenha igualmente atenção aos seus objetos pessoais como telemóveis, computador ou canetas (pode utilizar toalhetas para limpar os mesmos quando necessário).

É muito importante o estado de limpeza dos seguintes itens:

- Controlo da TV
- Telefone
- Suporte de soros
- Botão de chamada
- Maçanetas das portas
- Cadeira de levante
- Grades de cama
- Torneiras
- Cadeiras de rodas

Atenção!

Chame o Enfermeiro se sentir ou verificar alguma alteração nos locais onde haja uma quebra da integridade da sua pele (local da cirurgia, local de inserção do cateter central ou cateter venoso periférico):

- Sensibilidade
- Secreção, pús
- Vermelhidão

Se sentir ou verificar alguma das seguintes alterações na sua pele:

- Feridas
- Erupção cutânea

Se tiver algum dos seguintes sintomas:

- Calafrios, tremores
- Dor de cabeça
- Dores no corpo
- Confusão
- Diarreia
- Cólicas
- Dores intensas
- Náuseas
- Falta de apetite
- Pulsação acelerada
- Respiração acelerada
- Tensão arterial muito baixa

Pergunte sempre que tiver dúvidas e não tenha receio de alertar os profissionais.

Confie na sua intuição!