



El Hijyeni

Hemş. Hatice KAYMAKÇI, Hemş. Asiye ÖZCAN

İstanbul Teknik Üniversitesi, İstanbul Tıp Fakültesi, Hastane Enfeksiyonu Kontrol Komitesi, İstanbul

Hastaneye yatan hastaların cildi, hastane ortamında bulunan ve enfeksiyon etkeni olduğu bilinen mikroorganizmalarla [*S. aureus*, enterokoklar ve Gram-negatif basiller (*Pseudomonas* türleri, *Klebsiella* türleri, *Acinetobacter* türleri)] kolonize olur. Hastane enfeksiyonu etkeni olduğu bilinen mikroorganizmalar, hastalarla doğrudan temas veya hasta çevresindeki yüzeylerle temas sırasında sağlık çalışanlarının ellerine bulaşır ve geçici florasında taşınır (1).

Hastaneye yatan hastaların %5 ile %15'inde hastane enfeksiyonu gelişir. Enfeksiyon kontrol önlemleri ile bu enfeksiyonların % 30'u önlenabilir (2).

Yapılan araştırmalarda hemşirelerin ellerinde %18.4, doktorlarda ise %36 oranında *Staphylococcus aureus* kolonizasyonu gösterilmiştir (3). Kasım 1998-Haziran 1999 tarihleri arasında İstanbul Tıp Fakültesi Yoğun Bakım Ünitesinde görevli sağlık çalışanlarının her biri ikişer saat süreyle iki araştırmacı tarafından doğrudan gözlenmiş ve el yıkama davranışları değerlendirilmiştir. Ayrıca hem sağlık çalışanları hem de cansız ortama yönelik kapsamlı bir mikrobiyolojik inceleme de gerçekleştirilmiştir. Çalışma sonucunda sağlık personelinin el yıkama oranları % 12.9 gibi düşük bir düzeyde bulunmuştur. Ayrıca, çalışanların % 28,1' inde metisiline dirençli *Staphylococcus aureus* bulunduğunu ortaya koymuştur (4).

Uygun el hijyeni, sağlık personeli ve hastalar arasındaki mikroorganizma transferini ve fekal-oral geçişi önlemede en etkili yöntemdir (5,6).

El hijyeni, ellerin normal sıvı sabun / antiseptik bir ajan ve su ile yıkanarak ya da alkollü susuz el antiseptiği ile ovuşturularak geçici floranın uzaklaştırılmasıyla sağlanır. Ellerin temizlenmesinin yanı sıra ellerin temiz tutulmasını da ifade eder (1) . El hijyeni, ellerin doğru teknikle yıkanmasının yanı sıra, ellerin yıkama durumlarının bilinmesi, ellerin yıkamaya elverişli olması, el yıkama ürünlerinin seçimi, el cildinin bakımı ve kurulumayı da içermektedir. Ayrıca "doğru eldiven kullanımı" da el hijyeni konusunun ayrılmaz bir parçasıdır / parçası olmalıdır.

Hasta ile her temas öncesi ve sonrası el hijyeni sağlanmalıdır. Eldiven kullanılan durumlarda, temas öncesinde eldiven

giyilmeden el hijyeni sağlanmalı, temas sonrasında eldiven çıkarılarak yeniden el hijyeni sağlanmalıdır. Sadece hasta ile temas öncesi ve sonrası değil, hasta çevresinde bulunan yüzeylerle temas sonrasında da el hijyeni sağlanmalıdır. Ellerde gözle görünür kirlenme olmayan her durumda alkollü el antiseptiği ile yeterli el hijyeni sağlanabilir (1,7). Her tür invazif girişim öncesinde ve sonrasında, her tür invazif aletle temas öncesi ve sonrasında, ilaçların hazırlanmasına başlamadan önce, bir hastadan diğer hastaya geçerken, aynı hasta üzerinde kirli bir bölgeden temiz bir bölgeye geçmeden önce, işe başlamadan önce, tuvalet kullanımı sonrası, yemek öncesi ve işten ayrılmadan önce el hijyeni sağlanmalıdır (1,3).

Ellerin yıkamaya elverişli olmasıyla kastedilen, el ve bilekte takıların olmaması, tırnak boyunun tırnak etini geçmemesi, ellerde derin çatlaklar olmaması, tırnaklarda bütünlüğü bozulmuş cilanın olmaması, forma kollarının en fazla dirseğe kadar olmasıdır.

El hijyeninde kullanılan ürünler, normal sıvı sabun, antiseptikli sıvı sabun ve alkollü susuz el antiseptikleridir. Ürün seçerken, cildi tahriş etmeyen ürünler seçilmelidir. Ürünün hızlı ve kalıcı etkisi olmasına dikkat edilmelidir. El cildinde oluşan tahrişlerin önlenmesi için el yıkama ürünlerinin içinde cilt yumuşatıcısı olanlarının ve alkollü el ovuşturma ürünlerinin kullanılması önerilmektedir. Her şeye rağmen ellerde kuruluk ve tahriş sonucu meydana gelen irritan kontakt dermatit için, sağlık çalışanlarına cildi nemlendirici ve yumuşatıcı el losyonları sağlanmalıdır (7).

Doğru el hijyeni tekniği, sıvı sabunun, antiseptik içeren sıvı sabunun ya da alkollü hızlı el antiseptiğinin avuç içi, el sırtı, parmak araları, tırnak yüzeyleri ve bileklerin her tarafına temas ederek temizlenmesidir.

El hijyeninde ellerin kurulanması şarttır. Alkollü susuz el antiseptikleriyle ovalama işlemi yapılıyorsa, eller kuruyana kadar ovalamaya devam edilmelidir. Su ve sıvı sabunla yapılan el hijyeninde ise eller kağıt havluyla kurulanmalıdır. Yıkamış ellerin, kirli musluk başına dokunarak kontamine edilmemesine dikkat edilmelidir. Sağlık kurumlarında çalışan personelin el hijyenine uyumunun artırılması etkili bir eğitim ve el hijyenine



yönelik malzemelerin kesintisiz olarak temin edilmesiyle mümkün olmaktadır. Malzemelerin gerekliliği ve niteliğine karar verecek olan hastane enfeksiyonu kontrol komiteleri olmakla birlikte, bunların alım sorumluluğu hastane yönetimlerine aittir.

Etkili bir eğitim denildiğinde, tüm sorulara cevap verebilen bir eğitimcinin, basit, anlaşılabilir, uygulamalı olarak eğitim yapması ve çalışanların el hijyeni alışkanlığını olumlu yönde değiştirmesi anlaşılmalıdır.

"El hijyenine yönelik atölye çalışması" sırasında, katılımcılarla uygulamalı olarak el hijyeninin irdelenmesi ve el hijyeni eğitiminin sağlık kurumlarında nasıl yapılması gerektiği örneklerle anlatılacaktır.

KAYNAKLAR

1. RotterML. Handwashing and hand disinfection. in: Mayhall CG; ed. Hospital epidemiology and infection control. 3rd ed. Philadelphia: Lippincott Williams and Wilkins, 2000: 1727-41.
2. Eşen Ş. El hijyeni ve el dezenfektanları, in: Günaydın M, Sünbül M, eds. 3. Sterilizasyon dezenfeksiyon kongresi kitabı. Samsun: Bilimsel Tıp Yayınevi, 2003:120-130.
3. Arman D. El yıkama ve el dezenfeksiyonu. in: Doğanay M, Ünal S, eds. Hastane enfeksiyonları. Hastane Enfeksiyonları Derneği Yayını No:1. Ankara: Bilimsel Tıp Yayınevi, 2003: 91-107.
4. Karabey S, Ay P, Derbentli Ş, Nakipoğlu Y, Eşen F. Handwashing frequencies in an intensive care unit. JHosp Infect, 2002: 50:36-41.
5. Centerfor Disease Control and Prevention. Guideline for Hand Hygiene Advisory Committee and the HICPAC / SHEA / APIC / IDSA Hand Hygiene Task Force. MMWR 2002: 51 (No. RR-16).
6. Derbentli Ş. (çeviren), Anđ Ū (çeviri editörü). Enfeksiyon kontrolü : Temel kavramlar ve eğitim (IFIC-International Federation of Infection Control, 2nd ed, 2003). İstanbul: Nobel Tıp Kitabevleri, 2006:40-43.
7. Öncel S. El dezenfeksiyonu. in: Arman D, ed. Yoğun bakım ünitesinde enfeksiyon kontrolü. Ankara: Bilimsel Tıp Yayınevi, 2007: 9-25.