

Hastane Enfeksiyonları ile mücadelede El Hijyeni

Prof. Dr. Murat Günaydın

*Ondokuz Mayıs Üniversitesi Tıp Fakültesi
Mikrobiyoloji ve Klinik Mikrobiyoloji Anabilim Dalı / Samsun*

Fransız eczacı olan Labarrque'nin klorid içeren solüsyonların dezenfektan olarak kullanımından bahsetmesi ve Ignaz Semmelweis'in, doğum sonrası puerperal sepsis'e bağlı ölümleri engellemek için elleri klorlu solüsyonla yıkamasının üzerinden 150 yıldan fazla zaman geçmesine rağmen, bugün el hijyeni ve önemi konusunu hala anlatıyor olmak üzücü bir durum. Zira Semmelweis'in basit bir el yıkama işlemi ile enfeksiyonların dramatik bir şekilde azaldığını göstermesi bir dönüm noktasıdır.(şekil-1).

Alkolün antigermsidal olduğu 1880'li yıllarda R.Koch tarafından ispatlanmış ve 1890'lı yıllarda deri antiseptiği olarak kullanılmaya başlanmıştır. Ellerde kullanıldığında kendiliğinden kuruyarak su gereksinimini ortadan kaldıran antiseptik solüsyonların, hastane enfeksiyonu etkenlerine hızlı etkisinin gösterilmesi de 1990'lı yıllarda diğer bir dönüm noktası olmuştur. CDC/HICPAC rehberleri 2002'de alkol bazlı el antiseptikleri ile el hijyenini, el yıkama yerine önermiştir. El yıkama veya el antiseptiği ve eldiven kullanımı bilgisi tablo 3'de verilmiştir.

Hastane enfeksiyonlarını önlemede el yıkamanın önemi biliniyor olmasına karşın, el yıkamada karşılaşılan direnç bir ölçüde el antiseptikleri ile giderilmiştir. Çünkü, el yıkama için gerekli olan yakında bir lavabo, sıvı sabun, temiz ve sıcak su, kağıt havlu, çöp kutusu ve yaklaşık 90 sn'lik uzun bir süreç, yerini 20-30 sn el antiseptiği ile ovuşturmaya bırakmıştır. El antiseptiğinin her yerde bulunabilir olması, diğer araç gereçlere ihtiyaç duyulmaması ve sürenin kısa olması el hijyenine uyumu da artırmıştır. Bu nedenle son rehberlerde elde görünür bir kir olmadığı veya sporlu mikroorganizmalar ile kontaminasyon olmadığı durumlarda el antiseptikleri kullanımı önerilmektedir. Bir çok hastanede el hijyenine uyum % 50'yi geçmemektedir (tablo-1). El yıkamaya ayrılan süre ise maalesef etkin bir temizlik sağlayacak kadar uzun değildir (tablo-2).

Tüm dünyada hastane enfeksiyonlarının insidansı ortalama % 7 - 10 civarındadır ve bu enfeksiyonların tedavi maliyeti oldukça yüksektir. Hastane içerisinde yüksek virulans ve çoklu ilaç direnci gösteren mikroorganizmaların hastalar arasında taşınması ve yayılmasında % 20-40'ında kaynak, sağlık çalışanlarının kirli elleridir. Bu sorunun en az yarısı el hijyeni gibi basit bir işlemle engellenebilir. Yaklaşık %30-50'si el hijyeni ile çözülebilecek hastane enfeksiyonlarının sadece ABD'ne yıllık maliyeti yaklaşık 5 milyar dolardır.

Ancak antibiyotiklerin keşfi, yeni dezenfektanlar ve eldivenlerin yoğun bir şekilde kullanıma girmesi, özellikle "bilenler" de yanlış bir güven oluşturmuş ve el hijyenini göz ardı edilmeye başlanmıştır. El hijyenine uyumun azalması hastane florasının değişmesine hastane

enfeksiyonlarının artmasına ve sorunlu yeni mikroorganizmaların ortaya çıkmasına neden olmuştur.

El hijyeni konusunda farkındalık oluşturulması yönünde yapılan çalışmalar, konuyla ilgili gönüllü kuruluşların çalışmaları, yeni yönetmelikler, ama en önemlisi hastane enfeksiyonunun getirdiği yüksek maliyet, ve hukuk karşısında hesap verme düşüncesi, hastane idarelerinin konuya yaklaşımlarını değiştirmeye başlamıştır.

Deri ve Flora

Derimiz yaklaşık olarak 1.5 metre kare alana sahip vücudun en büyük organıdır. Normal insan derisi bölgelere göre farklı oranda aerobik mikroorganizma barındırır. Sağlık personelinin ellerindeki toplam bakteri sayısı 5×10^6 ya kadar çıkabilmektedir. Biyolojik olarak canlı ve ölü tabakalardan oluşan deri vücut savunmasının da en önemli silahıdır.

Organizma deriyi yağ, tuz, lizozimler, proteinler ve su ile sürekli nemli olarak tutmaya çalışılır. Bu sekresyonlar çok sayıdaki mikroorganizma için inhibitör etki gösterir. Derinin bu tabakasında hücreler arası boşluklar ile yağ ve ter bezlerinin kanallarına yerleşen dirençli mikroorganizmalar metabolize ettikleri yağlardan oluşturdukları propionik asit gibi kısa zincirli yağ asitleri ve ürettikleri bakteriyosinlerle derinin savunmasına yardım eder, deride zararlı olan mikroorganizmaların uzun süreli kalmalarını engellerler. Böylece deride, birisi yerleşik kalıcı, diğeri de kontaminasyon sonucu bulaşan, geçici mikroorganizma topluluğu bulunur.

Kalıcı flora: Bu mikroorganizma topluluğu deride, özelde ellerde inatçı kolonizasyonlar yaparlar. Bu mikroorganizmaların çoğu derinin üst tabakalarında yerleşirken % 10-20 si daha derin tabakalara yerleşirler. Bu floraya ait bakteri yükü su ve sabun ile azaltılabilir, ancak tamamen ortadan kaldırılamaz. Bu bakteriler genel olarak hastane enfeksiyonlarına neden olmazlar.

Geçici flora: Kontaminant flora olarak tanımlanır. Hastaya ait kan, balgam çeşitli vücut sıvı ve sekresyonları ile kontamine araç ve gereçlerden sağlık personelinin eline bulaşır. Bu mikroorganizmalar deride uzun süre yaşayamazlar ve çoğalmazlar. Ancak hastane enfeksiyonlarının başlıca etkenleridir. El yıkama ile kolayca uzaklaştırılabilirler. Bu nedenle hastaya temas öncesi ve sonrası el hijyeni ile hastane kaynaklı mikroorganizmaların bir hastadan diğere naklini büyük oranda önlemek mümkündür.

Hijyen ve el hijyeni ile ilişkili tanımlar birbiri yerine kimi zaman kullanılmakta ancak her biri ayrı anlamlar ifade etmektedir.

Deterjan: Deterjanlar (örneğin, sürfektanlar) temizleme işlemini sağlayıcı bileşiklerdir. Hem lipofilik hem de hidrofilik kısımlar içerir ve anyonik, katyonik, amfoterik ve iyonik olmayan deterjanlar olmak üzere 4 gruba ayrılır. Her ne kadar sağlık personeli için el yıkama

ve antiseptik el yıkamada kullanılan ürünler farklı çeşitteki deterjanları ifade ediyorsa da, sabun terimi bu deterjanları tanımlamada kullanılmaktadır.

Asepsi: Mikroorganizmaların vücutta enfeksiyona neden olabilecekleri herhangi bir bölgeye girmesini engellemek için sağlık kuruluşlarında harcanan çabaların tümünü tanımlayan genel bir terimdir. Asepsinin amacı; hem canlı yüzeylerdeki (deri ve doku) hem cisimlerdeki (cerrahi araçlar) mikroorganizma sayısını güvenli düzeye indirmek veya yok etmektir.

Antisepsi: Patojen mikroorganizmaların üremelerini durdurmak veya öldürmek için canlı doku üzerine kimyasal maddelerin uygulanmasıdır.

Antisepsi için kullanılan kimyasal maddelere antiseptik denir.

Düz sabun: Antimikrobiyal içermeyen ya da sadece koruyucu olacak kadar içeren deterjanı ifade eder. Kir ve beraberindeki mikroorganizmaların fiziksel olarak giderilmesi amacı ile kullanılır.

Antimikrobiyal sabun: Cilt florasına karşı in vitro ve in vivo etkiye sahip antiseptik madde içeren sabunu ifade eder.

Belirgin olarak kirli el: Kir veya proteinli materyal, kan ve diğer vücut sıvıları ile görünür bir şekilde kontamine olmuş eli ifade eder.

El yıkama: Ellerin düz sabun ve su ile yıkanmasıdır.

El hijyeni: El yıkama, antiseptik ile yıkama, antiseptik ile ovma veya cerrahi el antisepsisi dahil olmak üzere tüm uygulamaları kapsayan genel bir tanımdır.

El antisepsisi: Antiseptik el yıkama veya antiseptik el ovmayı ifade eder.

Cerrahi el antisepsisi: Cerrahi personel tarafından operasyon öncesinde geçici florayı elimine etmek ve kalıcı florayı azaltmak üzere yapılan el yıkama veya el ovmayı tanımlar.

EL YIKAMA

Usulüne uygun el yıkama hastane infeksiyonlarının önlenmesinde en basit yöntemdir. Ancak hastane infeksiyonları dışında genel halk sağlığının korunması ve geliştirilmesi açısından da el yıkama son derece önemlidir. El yıkama aslında bir medikososyal davranıştır. El yıkamayı, basit sosyal tip, hijyenik tip, cerrahi tip olarak 3 ana başlıkta incelemek mümkündür.

Sosyal El Yıkama

El yıkama kavramı, antimikrobiyal etkinliği olmayan sabun ile ellerin yıkanmasını ifade etmektedir. Burada eldeki gözle görünür kir ve derideki geçici flora elemanları tamamen ortamdaki uzaklaştırılmaktadır. Bu etkinliğin sağlanması için eller en az 20 saniye

yıkanmalıdır. Sıvı kalıp halindeki sabunlukların gram-negatif bakterilerle kolonizasyon ihtimali olduğu için, tek kullanımlık olması veya ısıya dayanıklı olması ve dezenfekte edilmesi gerekir.

Sosyal el yıkama tekniğinde

1. El yıkama öncesinde takı ve mücevher gibi aksesuarlar çıkarılır.
2. Akmakta olan su altında eller ıslatılır.
3. Bilekler, avuç içi, ellerin sırt ve parmak araları ile tırnakların kenar ve uçları sabun ile köpürtülerek en az 20 saniye süreyle kuvvetlice ovuşturulur.
4. Eller su altında iyice durulanır.
5. Eller bileklerden başlayarak kağıt havlu ile kurulanır.
6. Aynı kağıt havlu ile musluk kapatılır.

El yıkamaya uyumun düşük olmasının en önemli nedeni çok zaman almasıdır. El yıkama için sadece 20 saniye gerekli olmasına rağmen lavaboya gidilip ellerin yıkanması, kurulanması ve tekrar hasta başına dönülmesi 40-80 saniye almaktadır. Bu da iş yükünün fazla olduğu ve en fazla el yıkamanın gerekli olduğu yoğun bakım üniteleri başta olmak üzere kliniklerde personelin uyumunu azaltmaktadır. Günlük yoğun faaliyetler sırasında çoğu zaman el yıkama işlemi uygun bir şekilde gerçekleştirilmemekte ya da 10 saniyeden daha az gibi kısa bir sürede tamamlanması nedeniyle yıkama işlemi sırasında ihmal edilen bölgeler olmaktadır Ancak doğru uygulanacak el yıkama işleminin hastane enfeksiyonlarının önlenmesinde çok büyük öneme sahip olduğu unutulmamalıdır.

Hijyenik El Yıkama

Yoğun bakım ve yeni doğan ünitelerinde, yemeklerin ve mamaların hazırlandığı kritik alanlarda ve dirençli bakterilerle enfeksiyonların olduğu durumlarda hijyenik el yıkama tercih edilmelidir. Hijyenik el yıkamada antibakteriyel etkinliği olan ajanlar (iyodofor, klorheksidin glukonat, triklosan, kloroksilenol) kullanılmaktadır ve amaç sadece ellerin temizlenmesi değil aynı zamanda temiz kalmasıdır.

Hijyenik el yıkamada öncelikle musluk kağıt havlu ile açılarak eller ılık su ile ıslatıldıktan sonra 3-5 ml tercih edilen ajan alınarak en az 15 saniye uygun teknikle yıkanmalıdır. Hijyenik el yıkamada ellerin iç yüzeyleri, ellerin dış yüzeyleri, parmak araları, baş parmak arası, avuç ortası

ve bileklere özen gösterilmeli, sırayla bu yüzeylere iyice friksiyon yapılmalıdır. Eller ılık su altında iyice durulanmalı ve kağıt havlu ile kurulanmalıdır. Musluk yine kağıt havlu ile

kapatılmalıdır. Eğer alkol bazlı kendiliğinden kuruyan antiseptik kullanılıyorsa avuç içine tercih edilen miktarda solüsyon alınır ve tüm el yüzeyine yayılıncaya ve eller kuruyana kadar 15-25 saniye ovuşturulur.

El Dezenfeksiyonu

El dezenfeksiyonunun amacı; ellerdeki kontaminant bakterilerin en etkili ve hızlı bir şekilde elimine edilmesidir. Kalıcı floranın elimine edilmesi veya azaltılması amaçlanmaz. Burada antiseptik özelliklere sahip dezenfektan kullanılması gerekmektedir. Bunun için hızlı etkili bir alkol bazlı solüsyon 3-5 mL alınır, 0.5 ile 1 dakika arasında her iki el birbirine sürtülür ve ovuşturulur. Bu işlem sırasında antiseptik maddenin ellerin her tarafı ve parmak araları ile teması sağlanır. El dezenfeksiyonu, tam olarak el yıkamanın yerini almamalıdır. Ellerde gözle görülür kirlenme olduğunda su ve sabunla yıkanmalıdır.

Cerrahi El Yıkama

Cerrahi el yıkamada amaç; kontamine floranın tamamen tahribi ve inhibisyonu ile kalıcı floranın mümkün olduğunca azaltılması ve bu etkinin operasyon süresince devam etmesidir. Cerrahi girişimlerde eldiven giyilmekle beraber, girişim sırasında eldivenlerde gözle görülür ya da görülmeyen yırtıklar, delinmeler olabilmektedir. Cerrahi el yıkamada amaç, cerrahi girişim süresi içerisinde ellerdeki bakteri sayısını, eldivenlerin yırtılma ve delinme ihtimali nedeniyle düşük tutmaktır.

Cerrahi el yıkamada hijyenik tip el yıkamada olduğu gibi antiseptik özelliği olan ve temas sonrası etkinliği uzun süre devam eden ajanlar tercih edilmelidir. Klorheksidin glukonat, köpük tarzındaki deterjan solüsyonlar ve providon iyot gibi ajanlar bu amaçla kullanılan yaygın ajanlardır. Eller dirseklere kadar yıkanacağından kısa kollu gömlekler giyilerek işleme başlanmalıdır. Ellerin operasyon öncesi cerrahi personel tarafından geçici florayı yok etmek ve kalıcı florayı azaltmak amacıyla yıkanmasıdır. Elde bulunan yüzük ve saatlerin altında bakterilerle yoğun kolonizasyon olduğu gösterilmiştir. Bir yüzük varlığında kontaminasyon riski 2.6 kat, birden fazla yüzük varlığında ise 4.6 kat artmaktadır. Cerrahi el hijyeninde yüzük mutlaka çıkartılmalıdır.

El yıkama ile ilgili malzemeler hastane ortamında kullanıma ve gereksinime uygun olarak yeterli miktarda ve düzende yerleştirilmelidir. Lavaboların, el yıkama ürünlerinin ve kağıt havluların uygun ve ulaşılabilir biçimde yerleştirilmelerinin, genellikle "sık ve uygun teknikte el yıkamayı" teşvik etmede bir yol olduğu her zaman düşünülmelidir. Lavabolar her bir hasta odasında veya kapının hemen dışında girişe yakın bulunmalıdır. Büyük odalar birkaç hasta tarafından kullanılıyorsa her odaya birden fazla lavabo gerekebilir. Lavabolarda sabun, antiseptik solüsyon ve tek kullanımlık kağıt havlu düzeneğinin her zaman eksiksiz bulunması gereklidir. Özellikle diagnostik veya invaziv uygulama odalarında el yıkama gereçleri ihmal edilmemelidir.

Hijyenik el yıkamada kullanılacak ürünlerin amaca uygun olup olmadığının denetlenmesi ABD’de Amerikan Gıda ve İlaç Dairesi (FDA), Avrupa’da EN 1499 (hijyenik el yıkama ürünleri) ve EN 1500 (hijyenik el dezenfeksiyon ürünleri) standartları ile belirlenmektedir.

Hijyenik el yıkamada kullanılan antiseptiklerin antimikrobiyal etki spektrumu ve özellikleri Tablo 4 te verilmiştir. Dünya Sağlık Örgütü’nün (WHO) Alkol bazlı solusyon , su sabun ile el yıkama uygulaması ve süreleride aşağıdaki gibidir.

ALKOL BAZLI SOLÜSYONLARLA EL HİJYENİ İşlem süresi 20-30 Saniye		
 1a	 1b	 2
1 a-b, Avuç içerisine alkol bazlı solusyon alıp el yüzeyine yay.		2-Avuç avuca sür.
 3	 4	 5
3-Sağ elinizle sol elinizin sırtı ve parmak aralarını ovuştur.	4-Avuçları yüzyüze avuç içi ve parmak aralarını ovuştur.	5-Parmakları bükülmüş şekilde diğer avuç içinde ovuştur.
 6	 7	 8
6-Bir elin başparmağını öteki elin avuç içine alarak ovuştur.	7-Parmak uçlarını avuç içine sürterek ovuştur.	8-Ellerin emniyeti için kurumasını bekle.

SU VE SIVI SABUN İLE EL YIKAMA

İşlem süresi 40-60 Saniye

0



1-Bütün el yüzeylerini ıslat..

1



2-Avuç içine sabun al.

2



3-Avuç içine sabunu yaydır.

3



3-Sağ elinizle sol elinizin sırtı ve parmak aralarını ovuştur.

4



4-Avuçlar yüzyüze avuç içi ve parmak aralarını ovuştur.

5



5-Parmakları bükülmüş şekilde diğer avuç içinde ovuştur.

6



6-Bir elin başparmağını öteki elin avuç içine alarak ovuştur.

7



7-Parmak uçlarını avuç içine sürterek ovuştur.

8



8-Ellerin akan su altında durula.

9



9-Elleri tek kullanımlık havlu ile kurula.

10



10-Elleri kuruladığın havlu ile akan suyu kapat.

11



11-Ellerimiz şimdi güvenli.

El Yıkama amaçlı kullanılan solüsyonlar

Sabun (antimikrobiyal özelliği olmayan): Deterjan bazlı ürünler olup, katı ya da sıvı şekilde olabilirler. Deterjan özellikleri nedeniyle ellerdeki kir ve organik maddeleri uzaklaştırırlar. Antimikrobiyal etkinlikleri minimaldir ya da hiç yoktur. Çeşitli çalışmalarda su ve sabunla ellerin yıkanmasıyla sağlık personelinde patojen bakterilerin uzaklaştırıldığı gösterilmiştir. Deride kuruluk ve irritasyon yapabilirler. Kontamine olabilirler ve sağlık personelinin ellerinde kolonizasyona neden olabilirler. Bu nedenle, katı sabunların açıkta bırakılmaması, sıvı sabun kaplarının ise aralıklı olarak boşaltılıp temizlenmesi ve dezenfekte edilmesi gerekmektedir.

Alkoller: Alkolün su içerisindeki dilüsyonlarının, konsantre solüsyonlarından daha güçlü bakteriostatik olduğu gösterilmiştir. Günümüzde el yıkama antiseptiği olarak alkollü ürünler kullanılmaktadır. Etanol, izo ve n-propanol bu amaçla tercih edilir. Butanol, aromatik

alkoller ve benzil alkol, alkollü el dezenfektanlarında sinerjik etki elde etmek için ek olarak kullanılır.

Etki mekanizması ve spektrum: Temel etki mekanizması protein denatürasyonudur. Gram-pozitif ve gram-negatif mikroorganizmalara ve bir çok virüse karşı güçlü ve hızlı öldürücü etkinliğe sahiptirler. Kuduz virüsü hariç zarflı virüslerin çoğunu (örneğin Herpes simplex virüs, Human immunodeficiency virus (HIV), Influenza virus, Respiratory syncytial virus vb.) inaktive ederler. Hepatit B ve C virüslerine etkileri daha düşük olmakla birlikte

bu virüsleri de inaktive ederler. Zarfsız virüslere etkili olabilmeleri için uzun süre ve yüksek konsantrasyonda temas etmeleri gereklidir. Kuru bakteri sporları alkollerin içerisinde uzun süre canlı kalabilir. Protozoon kistlerine de etkisizdirler. Alkoller hızlı bir şekilde uçtukları için kalıcı etkileri yoktur.

3-5 dakikalık alkol ile temas sonrası kalıcı bakteriyel floranın tekrar çoğalması birkaç saat süre alır. Çeşitli alkollerin etkinlikleri de farklı olup etkinlik sıralaması n-propanol > isopropanol > etanol şeklindedir. Aynı etkinlik derecelerini elde etmek için %42 n-propanol= %60 isopropanol= %77 etanol konsantrasyonları gereklidir. Metanol gerek toksik özelliği gerekse düşük aktivitesi nedeni ile el dezenfektanı olarak tercih edilmez. Alkollere bazı ilaveler yapılarak antibakteriyel aktiviteleri artırılabilir. Örneğin %1 hidrojen peroksit ilavesi ile aktivite 0.26 log artar ve sporosidal etki de sağlanır. %1-2 iyot ilavesi de aktiviteyi artırır ancak iritan özelliği vardır. Diğer dezenfektanların ilavesi de alkollerin aktivitesini artırabilir. Alkoller eldeki organik maddelerin miktarına bağlı olarak inaktive edilirler. Bu nedenle kirli eller mutlaka önce sabun ve su ile yıkanıp kurutulmalı sonra alkolle muamele edilmelidir.

Kullanım şekli: El antiseptisi amacı ile 3 çeşit alkol kullanılmaktadır.

Bunlar etanol, normal propanol (n-propanol) ve isopropanoldür.

Alkollerin su içerisindeki %60-90'lık dilüsyonları kullanılır. Uygulama süresi amaca göre 20 saniye ile 1 dakika arasında değişir. Miktar tüm eli ıslatacak kadar olmalıdır. Yani en az 3-5 mL kullanılmalıdır. Alkolden sonra tekrar el durulama ve silme işleminin olmaması suya bağlı kontaminasyon riskini, lavabo gerekliliğinin ortadan kalkması, ek zaman ihtiyacını, silme işleminin olmaması da deride travmaya bağlı irritasyon ve kontaminasyon riskini ortadan kaldırmaktadır.

Yan etkiler: Kullanımı sınırlandırarak bilinen yan etkileri yoktur. En önemli istenmeyen özellikleri cilt kuruluğu yapmalarıdır. Ellerde kuruluk ve dermatit oluşturma riski su ve sabunla yapılan yıkamalardan çok daha düşüktür. Bu yan etkilerinden korunmak için gliserol ve uçucu silikon yağları gibi nemlendiriciler ilave edilir. Alkol bazlı el antiseptikleri kolayca yanabilir. Bu nedenle saklama ve kullanma esnasında dikkatli olmak gerekir.

Klorheksidin glukonat: Kimyasal olarak katyonik bisguanid bileşimidir. En sık suda çözünebilen diglukonat tuzu kullanılır ancak asetat formu da kullanılmaktadır. Tween 80,

sabunlar, fosfat ve nitrat gibi bazı iyonik olmayan kimyasallarla geçimsizliği vardır. Ayrıca pü, kan, serum, süt gibi bazı protein maddeler klorheksidin etkisini azaltır. Bu ajan Avrupa ve Amerika'da uzun yıllardan beri kullanılmaktadır.

Etki mekanizması ve spektrum: Bir katyonik bisguanidin olan klorheksidin bakterilerde hücre duvarını yıkar ve stoplazmada presipitasyona yol açar. Antimikrobiyal spektrumu geniştir. Ancak gram-pozitif bakterilere etkinliği iyi iken gram-negatif bakterilere ve mantarlara olan etkinliği daha düşüktür. Mikobakterilere karşı zayıf aktivite gösterirler. Sporoidal etkileri yoktur. Antibakteriyel etkisi alkollerden daha yavaştır ancak yüzeylere olan afinitesinden dolayı kalıcı etkisi çok güçlüdür. Bu yönü ile cerrahi el dezenfeksiyonunda tercih edilir. Derinin stratum corneum tabakasına bağlanarak 6 saat gibi uzun bir süre kalıcı etkinlik sağlar. Yoğun bakım

ünitelerinde basit sabun yerine klorheksidin kullanılması ile hastane enfeksiyonlarının azaltıldığı gösterilmiştir. İn vitro çalışmalarda zarflı virüslere karşı güçlü etkinlik tespit edilmiştir.

Eldiven Kullanımı ve El Dezenfeksiyonu

Eldiven bulaşma riskini tamamen ortadan kaldırmadığı için, el yıkama yerine geçmeyeceği bilinmelidir.Çapraz (sağlık personelinin elinden hastalara veya steril malzemelere, hastadan sağlık personeline ya da sağlık personelinin eliyle hastadan hastaya) bulaşmaları önlemek için eldiven giyilmelidir. Eldiven giymeden önce ve eldiven çıkarıldıktan sonra eller mutlaka yıkanmalıdır.Aynı eldivenle asla iki farklı girişimde bulunulmamalıdır.

Temas izolasyonu uygulanan hastaların odasına girerken, hastayla ya da hasta çevresindeki her türlü yüzeyle temas öncesinde temiz, steril olmayan eldiven giyilmelidir.

Hastanın odasını terk etmeden önce eldivenlerin çıkarılmalı ve eller antimikrobiyal bir ajanla yıkanarak ya da su içermeyen alkollü el antiseptikleri kullanılarak dezenfekte edilmelidir.

Hasta bakımı sırasında yoğun kontaminasyona neden olabilecek işlemleri takiben (gaita ve enfekte yaraların drenajı ile direkt temas) eldivenler değiştirilmelidir.

Sağlık personelinin elinde kesik, çizik ve çatlaklar olduğunda rutin işlemler sırasında kendini korumak için eldiven giymelidir.

El antisepsisini uygulamadaki problemler için çeşitli mazeretler ileri sürülebilir.

Bu mazeretlerden en sık karşılaşılanların içerisinde:

1- Eğitim yetersizliği: Hastane çalışanları hastane enfeksiyonları, bulaş yolları ve el antisepsisinin önemini biliyor olmalarına karşın doğru uygulamalar hakkında yeterli bilgi sahibi olmayabilirler. Sadece doktor, hemşire ve hastane çalışanlarının değil aynı zamanda

hastalarında eğitilmesi gerekmektedir. Yapılan propagandalar sonucu hastalar doktor, hemşire ve hasta bakıcıya korkmadan, 'ellerinizi yıkamadan bana dokunmayın' diyebilmektedir. Bu uygulama el yıkama alışkanlığını % 35 oranında artırmıştır.

2- İnançsızlık ve defans: Öncelikle hastaya en kaliteli hizmetin verileceğine inanmak ve her hastayı en yakını gibi görmek gerekmektedir. Doğru uygulamalar yukardan aşağıya, usta-çırak ilişkisi içersinde benimsetilmelidir.

Seminerler ve direk uygulamalarla konu desteklenmelidir. Ekzama ve irritasyon gibi antiseptik kullanımını sınırlandıracak sebepler ileri sürülebilir. Yönetim bunu dikkate alarak çok daha kısa sürede etkili, daha az iritan ve nonallergen alkol veya alkol bazlı antiseptikleri almalıdır. Yine uygun musluk, kollu sıvı dezenfektanlar ve kağıt havlu el yıkama işleminin uygulanabilmesi için gereklidir. Elini yıkadıktan sonra kurulama imkanı olmayan bir kişinin el yıkaması beklenmemelidir.

3- Antiseptiklerin seçimi ve satın alma: Antiseptiklerin doğru seçimi önemlidir. En kısa sürede en etkili, az iritan, nonallerjen antiseptikler tercih edilmelidir. Mümkün olduğunca küçük kısa süreli kullanıma uygun ambalajlarda alınmalıdır. Kullanma kapları kolla veya ayakla kumanda edilebilir, pedallı türden olmalı negatif basınçla geriye hava emmemelidir. Bu tür kaplar kullanımdan sonra yeniden doldurulmadan önce mutlaka yıkanıp kurutulmalı ve steril edilmelidir / Solusyon kabı doldurulabilen tip olmamasına özen gösterilmelidir. Sabunla yapılan ön yıkamalarda kullanılacak sabunun da medikal olmasına dikkat edilmeli, sabunlar oluklu taşıyıcılar üzerine konmalıdır. Kağıt havlu temin edilmelidir.

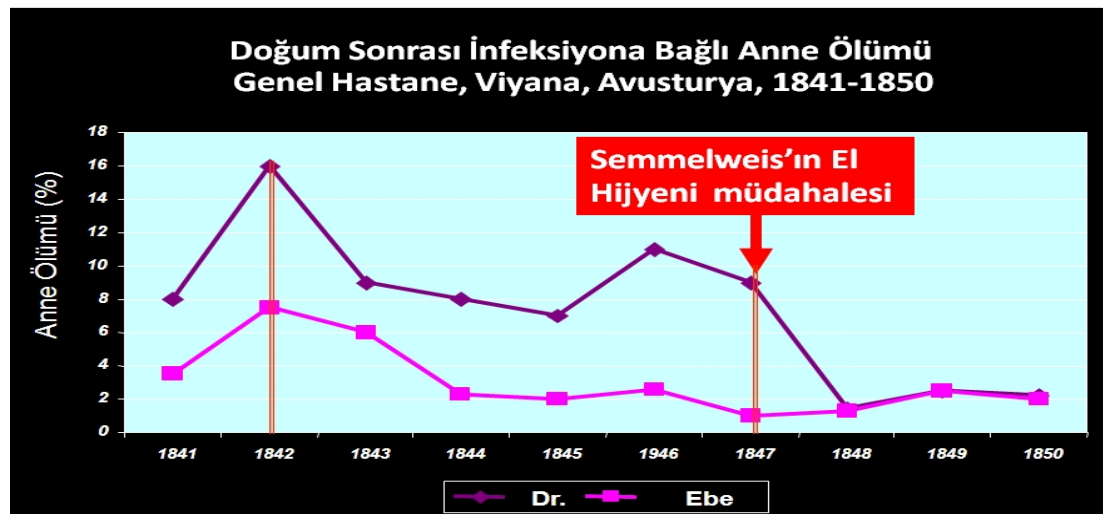
4- Düşük riskli hastalara seyrek konsültasyon: Her hasta, florasında diğer hastalar için risk oluşturacak patojen taşıyabilir. Bu nedenle hastaya basit bile olsa her temas öncesi ve sonrası el yıkamak gereklidir.

5- Ağır iş yükü: Hastane enfeksiyonlarının ve dirençli suşların en sık görüldüğü yerler yoğun bakım üniteleridir. Burada personelin iş yükü ağırdır ve el yıkamama için mazeret hazırır. Bu nedenle el antisepsisi ya hiç yapılmaz ya da 5 – 10 saniye gibi kısa bir sürede su ve nonmedikal sabunların kullanıldığı bir ön yıkama ile iş geçirtilir ve eldivene güvenilir. Bu durumda yoğun bakımda enfeksiyonların ve dirençli suşların olması kaçınılmazdır. Bu olumsuzluklar antisepsi için su ve sabundan çok daha kısa sürede, çok daha etkili olan % 60-n-propanol, %70-90 isopropanol veya %70 ethanol içeren antiseptiklerin kullanılması ile bir miktar giderilebilir. Ayrıca daha uzun etkinlik ciltte yumuşaklık istenirse chlorhexidin veya iodin içeren alkol preparatları da kullanılabilir. Her hastanın mümkünse baş ucuna değilse oda içerisinde personelin kolaylıkla ulaşabileceği yerlere yeterli sayıda antiseptik taşıyıcısı ve mümkünse tek kullanımlık havlular asılmalıdır.

Steril tek kullanımlık havluların mekanik etkisi ile el yüzeyindeki mikroorganizmaların sayısını % 80 oranında azaltılmaktadır. Kesinlikle sıcak hava ile el kurulama cihazları kullanılmamalıdır. Eldiven kullanımı el antisepsisini ihmal etmek için bir mazeret değildir. Randomize çalışmalarda vinil eldivenlerin en az % 80'inde mikro delik ve yırtıkların olduğu gösterilmiştir. Hastane çalışanlarının ellerinde hastane dışındakilere göre daha fazla ve daha virulan bakteriler kolonize olmaktadır. Bu konuda hastalar da hakları ve sorumlulukları konusunda bilinçlendirilmelidir.

Hastane enfeksiyonu sonucu ABD'de her yıl 2-2.5 milyon vaka, 80-100 bin ölüm ve buna bağlı olarak 5 Milyar dolar ekonomik kayıp ortaya çıkmaktadır. Çağımızın önemli sorunlarından hastane enfeksiyonları yataklı tedavi kurumlarında hizmet kalitesinin bir göstergesidir. Hastane enfeksiyonlarını önlemede en basit ve en ucuz yolun el hijyeni olduğu unutulmamalıdır. En iyi sağlık hizmetini almak her hastanın hakkıdır.

Şekil-1: Semmelweis'in Klorlu su ile el hijyeni uygulama sonrası enfeksiyon durumu



Tablo-1: Farklı merkezlerde el yıkama uyum oranları

Yazar	Yıl	Uyum oranı (%)	Hastane alanı
Gould D.	1994	29	Genel ve YBU
Larson E.	1995	41	Genel
Slaughter S.	1996	41	YBU
Watanakunakorn C.	1998	30	Genel
Pittet D.	2000	48	Genel

Tablo-2: Farklı merkezlerde tespit edilmiş el yıkama süreleri

Yazar	Yıl	Yıkama süresi (ortalama)
Gould	1993	6.6
Quraishi	1984	8.6
Fox	1974	8-9.3
Lund	1994	< 9
Meengs	1994	9.5
Larson	1991	< 10
Broughall	1984	10.8-14.4
Larson	1997	15
Daschner	1988	15.6-24.4
Taylor	1978	24

Tablo-3: Sosyal El Yıkama, El Antiseptisi ve Eldiven Kullanımı

Uygulamaların yapılması gereken zamanlar	El Antiseptisi	El yıkama	Eldiven Kullanımı
Klinik çalışmalara başlarken ve bitiminde	*	*	
Eller gözle görülür şekilde kirlendiğinde	-	*	
Bir hastadan diğerine geçerken	*	*	
Eller kan dışkı ve diğer sıvılarla kontamine olduktan sonra	*	*	
Eller kan dışkı ve diğer sıvılarla kontaminasyon olasılığı öncesinde	-	-	**
İmmün sistem yetmezliği olan hastalarla temastan önce	*	-	

Eller temiz görölse bile hastalarla temas sonrasında	*	*	
Küçük girişimler, pansuman, kan, BOS kültür örneği alma, invaziv girişimler vs den önce sonra	*	*	**
Acil aseptik girişimlerden önce	*	-	**
Acil aseptik girişimlerden sonra	*	-	
Cerrahi operasyon öncesi***	-	-	**
Yemekten ve yemek servisinden önce ve sonra	-	*	
Tuvalete girmeden önce ve sonra	-	*	
Etkenin Sporlu Mikroorganizma olduğu düşünüldüğünde	-	*	

*Her seçenek birbirinin alternatifidir, birisinin uygulanması yeterlidir.

**Her hastanın klinik örneği bulaşıcı kabul edilmeli ve mutlaka eldiven giyilmelidir.

*** Cerrahi operasyon öncesi "cerrahi el yıkama yapılmalıdır"

Tablo-4: Antiseptiklerin Antimikrobiyal etki spektrumu ve özellikleri

Tablo:4 Antiseptikler : Antimikrobiyal etki spektrumu ve özellikleri							
Grup	Gram (+)	Gram (-)	Miko-bakteri	Fungi	Virus	Etki hızı	Yorum
Alkoller	+++	+++	+++	+++	+++	Hızlı	%60-90 kons. İyi etkili. Kalıcı etki yok.
Chlorhexidine (% 2 – 4)	+++	+++	+	+	+++	Orta	Kalıcı etkili, nadiren allerjik
İyot Bileşikleri	+++	+++	+++	++	+++	Orta	El hijyeni için İrritan
İyodoforlar	+++	+++	+	++	++	Orta	İyota göre Daha az irritan kullanılabilir
Fenol Türevleri	+++	+	+	+	+	Orta	Non-iyonik surfaktanlar nötralize eder
Triclosan	+++	++	+	-	+++	Orta	El hijyeninde kullanılabilir
Quaterner Amonyum Bileşikleri	+	++	-	-	+	Yavaş	Alkol ile Kombinasyonları kullanılır

Kaynaklar:

1. Boyce JM. It is Time for action: Improving Hand Hygiene in Hospital. Ann. Intern Med. 1999; 19;130(2):153-55
2. Boyce JM et al. Guideline for hand hygiene in health-care settings. Recommendations of the Healthcare Infection Control Practices Advisory Committee and the HICPAC/SHEA/APIC/IDSA Hand Hygiene Task Force. Society for Healthcare Epidemiology of America/Association for Professionals in Infection Control/Infectious Diseases Society of America. Morbidity and Mortality Weekly Report, 2002, 51(RR-16):1-45
3. de Vries JH., van drop WT and Braeveld PW. A randomize trial of alchol 70 % versus alcoholic iodine 2 % in skin disinfection before insetion of peripheral infusion cathaters. J.Hosp.Infect. 1997;36(4):317-20
4. Esen S. Hand hygiene and antiseptics. In: Gunaydin M., Sunbul M. Eds. 3th National Sterilization and Disinfection Congress Book. Ankara, SIMAD press, (2-4 october 2003, Samsun). p:120-130
(<http://www.das.org.tr/tr/dosya/kongre/kong2003/09.htm>)
5. Gunaydin M, Hand Hygiene an disinfectans., 2001,
(<http://das.org.tr/muratomu/elhijyeni.htm>)
6. Kampf G, Jarosch R, Ruden H. Limited effectiveness of chlorhexidine based hand disinfectants against methicillin-resistant Staphylococcu S aureus (MRSA). J Hosp Infect.1998;38:297-303
7. Kılıc D. Decreasing of patient to patient tranmission. In: Gunaydin M., Sanic A, Gürler B. Eds. 4th National Sterilization and Disinfection Congress Book. Ankara, DAS press, (20-24 April 2005, Samsun). p:479-492
(<http://www.das.org.tr/tr/dosya/kongre/kong2005/44-05.pdf>)
8. Koksall F. Hand Hygiene. In: Gunaydin M, Esen S, Sanic A, Lelebicioglu H. Eds. Sterilization Disinfection and Hospital Infection. Istanbul, SIMAD pres, p:211-223,
(<http://www.das.org.tr/tr/dosya/kongre/kong2002/023.pdf>)
9. Larson E. APIC Guidelines Committee. APIC guideline for handwashing and hand antisepsis in health care settings. Am J Infect Control. 1995;23:251-269
10. Pittet D. MD, MS Improving Compliance With Hand Hygiene in Hospitals Infect Control Hosp Epidemiol. 2000;21:381-386
11. Pittet D et al. Revolutionising hand hygiene in health-care settings: guidelines revisited. Lancet Infectious Diseases, 2003, 3:269-270
12. Ritchie K et al. The provision of alcohol based products to improve compliance with hand hygiene. In: Health Technology Assessment - Report: NHS Quality Improvement Scotland, 2005.
(http://www.nhshealthquality.org/nhsqis/files/21487%20NHSQIS%20HTA%20Report%207_1.pdf)

13. Rotter ML, Koller W. Surgical hand disinfection :effect of sequential use of two chlorhexidine preparation. J.Hosp.Infect.1990;16(2):161-6
14. Rotter ML, Simpson RA, Koller W. Surgical hand disinfection with alcohols at various concentrations: parallel experiments using the new proposed European standards method.Infect Control Hosp Epidemiol. 1998;19(10):778-781.
15. Rotter M. Hand washing and hand disinfection. In: Mayhall CG, ed. Hospital Epidemiology and Infection Control. Philadelphia, PA: Lippincott Williams & Wilkins.1999;1339-1355.
16. Sesso R,Barbosa D.,Leme IL.(et.al).Staphylococcus aureus prophylaxis in hemodialysis patients using central venous catheter: effect of mupirocin ointment.J.Am.Soc.Nephrol.1998;9(6):1085-92.
17. Sattar SA, Abebe M, Bueti AJ et al.. Activity of an alcohol-based hand gel against human adeno-, rhino-, and rotaviruses using the fingerpad method. Infect Control Hosp Epidemiol. 2000;21(8):516-519.
18. Tietjen L et al. Infection prevention guidelines for healthcare facilities with limited resources: (Hand Hygiene). Baltimore, MD, JHPIEGO, 2003.
(http://www.reproline.jhu.edu/english/4morerh/4ip/IP_manual/03_HandHygiene.pdf)
19. Voss,A., MD; Widmer A.F, MD, MS No Time for Handwashing! .Handwashing Versus Alcoholic Rub: Can We Afford 100% Compliance? Infect Control Hosp Epidemiol.1997;18:205-208..
20. WHO Guidelines on hand hygiene in health Care 2009,
21. Sağlık Personeline Yönelik el yıkama ve Eldezenfeksiyon Rehberi