

## IL CORRETTO LAVAGGIO DELLE MANI

Poiché una delle principali misure di prevenzione è il mantenimento dell'igiene delle mani, riprendo il contenuto di un breve documento del Ministero della Salute dal titolo "**Previene le infezioni con il corretto lavaggio delle mani**".

Nel documento si indica che il lavaggio delle mani "ha lo scopo di garantire un'adeguata pulizia e igiene delle mani attraverso un'azione meccanica. Per l'igiene delle mani è sufficiente il comune sapone; in assenza di acqua si può ricorrere ai cosiddetti igienizzanti per le mani (hand sanitizers), a base alcolica".

Si ricorda poi che una corretta igiene delle mani "richiede che si dedichi a quest'operazione non meno di 40-60 secondi se si è optato per il lavaggio con acqua e sapone, non meno di 30-40 secondi se invece si è optato per l'uso d'igienizzanti a base alcolica".

Si ricorda poi che in commercio "esistono presidi medico chirurgici e biocidi autorizzati con azione battericida, ma bisogna fare attenzione a non abusarne. L'uso prolungato potrebbe favorire nei batteri lo sviluppo di resistenze nei confronti di questi prodotti, aumentando il rischio d'infezioni".

Il documento riporta utili indicazioni su come lavare le mani.

### **Lavaggio delle mani con acqua e sapone:**

- ✿ Bagna bene le mani con l'acqua;
- ✿ Applica una quantità di sapone sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani;
- ✿ Friziona bene le mani palmo contro palmo;
- ✿ Friziona il palmo sinistro sopra il dorso destro intrecciando le dita tra loro e viceversa;
- ✿ Friziona il dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro;

→ Friziona le mani palmo contro palmo avanti e indietro, intrecciando le dita della mano destra incrociate con quelle della sinistra;

- ✿ Friziona il pollice destro mantenendolo stretto nel palmo della mano sinistra e viceversa;
- ✿ Friziona ruotando avanti e indietro le dita della mano destra strette tra loro nel palmo della mano sinistra e viceversa;
- ✿ Sciacqua accuratamente le mani con l'acqua;
- ✿ Asciuga accuratamente le mani con una salvietta monouso;
- ✿ Usa la salvietta monouso per chiudere il rubinetto.

### **Lavaggio delle mani con soluzione alcolica:**

- Versa nel palmo della mano una quantità di soluzione sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani;
- Friziona le mani palmo contro palmo;
- Friziona il palmo sinistro sopra il dorso destro intrecciando le dita tra loro e viceversa;
- Friziona bene palmo contro palmo;
- Friziona bene i dorsi delle mani con le dita;
- Friziona il pollice destro mantenendolo stretto nel palmo della mano sinistra e viceversa;
- Friziona ruotando avanti e indietro le dita della mano destra strette tra loro nel palmo della mano sinistra e viceversa;
- Friziona il polso ruotando avanti e indietro le dita della mano destra strette tra loro sul polso sinistro e ripeti per il polso destro;
- Una volta asciutte, le tue mani sono pulite:

**Nella pagina successiva riporto**, infine, alcune immagini esplicative tratte da un altro documento dell'Organizzazione Mondiale della Sanità ripreso dal Ministero della Salute e dal Centro nazionale per la prevenzione e il Controllo delle Malattie (CCM).

Le immagini sono anche esposte negli ambienti ospedalieri nei punti dedicati al lavaggio delle mani.



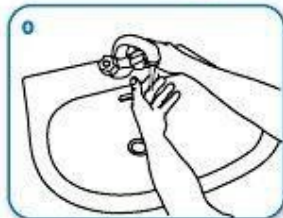
## Come lavarsi le mani con acqua e sapone?



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



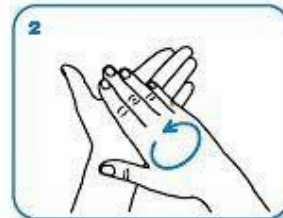
Durata dell'intera procedura: 40-60 secondi



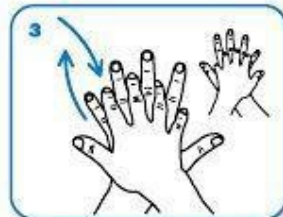
Bagna le mani con l'acqua



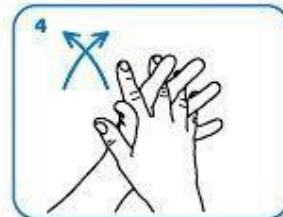
applica una quantità di sapone sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani



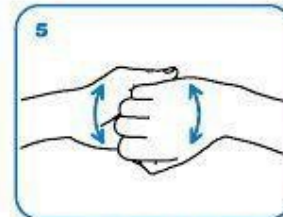
friziona le mani palmo contro palmo



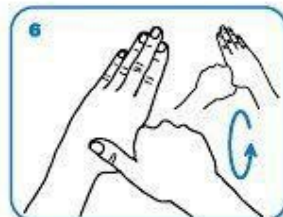
il palmo destro sopra il dorso sinistro intrecciando le dita tra loro e viceversa



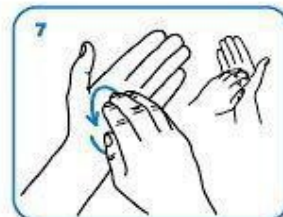
palmo contro palmo intrecciando le dita tra loro



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



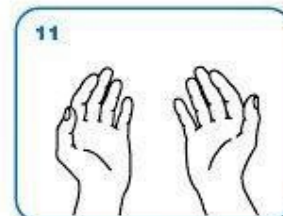
Risciacqua le mani con l'acqua



asciuga accuratamente con una salvietta monouso



usa la salvietta per chiudere il rubinetto



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

**WORLD ALLIANCE**  
for **PATIENT SAFETY**

WHO acknowledges the Hôpitaux Universitaires de Genève (HUG), in particular the members of the Infection Control Programme, for their active participation in developing this material.  
October 2006, version 1.



All reasonable precautions have been taken by the World Health Organization to verify the information contained in this document. However, the published material is being distributed without warranty of any kind, either expressed or implied. The responsibility for the interpretation and use of the material lies with the reader. In no event shall the World Health Organization be liable for damages arising from its use.

Design: www.digitale.com/italy

