

# POUŽÍVANIE OSOBNÝCH OCHRANNÝCH POMÔCOK (OOP) ODKLADANIE A ODSTRÁNENIE OOP

Po ukončení používania osobných ochranných pomôcok je potrebné si ich vyzliecť tak, aby sa **minimalizoval potenciál krížovej kontaminácie**. Ak nie je na odstránenie osobných ochranných pomôcok určená samostatná izolačná miestnosť s predsieňou, treba si ich vyzliecť **pred opustením izby pacienta**. Pri vyzliekaní treba dodržiavať **systematický postup**:

najprv sa vyzlečú rukavice, potom plášť a nakoniec ochranné okuliare. Respirátor typu FFP3 sa odkladá vždy až po opustení izby pacienta.

Ak je to možné (existuje samostatná izolačná miestnosť na odstránenie/odloženie osobných ochranných pomôcok zdravotníckych pracovníkov), je dobré, ak na odkladanie osobných ochranných pomôcok **dohliada**

**druhá osoba** zo vzdialenosti **2 metrov**. Minimalizuje sa tak riziko neúmyselnej kontaminácie. FFP3 respirátor sa odkladá až v predsieni izolačnej miestnosti, resp. v bezpečnom priestore, mimo izolačnej izby pacienta.

Všetky osobné ochranné pomôcky (vrátane klinického odpadu) treba **odstrániť/znehodnotiť ako zdravotnícky odpad**.

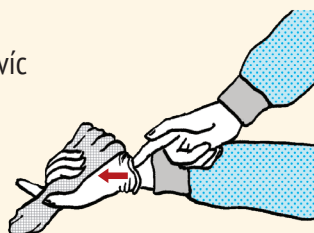
## Postup odkladania osobného ochranného oblečenia

### 1. Rukavice

vonkajšia strana rukavíc je kontaminovaná

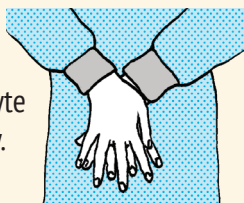
1. Zachyťte horný okraj rukavice na vnútornej strane a rukavicu stiahnite.

Stiahnutú rukavicu držte v ruke, na ktorej ešte máte rukavicu.



2. Zasuňte prst vyzlečenej rukavice pod vnútorný okraj rukavice na chránenej ruke. Opatrne zrolujte rukavicu z ruky tak, aby obe rukavice zostali spolu.

3. Umyte si ruky.



### 2. Plášť

predná strana plášte a rukávy sú kontaminované

1. Rozviažte si šnúrkou na krku a páse.

2. Vyzlečte si plášť tak, aby ste sa nedotýkali jeho vonkajších strán.

3. Vnútrostranou ho zrolujte do klobka a odložte do koša na použitý zdravotnícky materiál.



### 3. Ochrana očí

Preferuje sa celotvárový štít – vonkajšia strana bude kontaminovaná.

Na odloženie ochranného štítu použite **obe ruky**. Ochranný štít držte **celý čas za šnúrkou alebo gumičku** a odložte ho do koša na použitý zdravotnícky materiál.



### 4. Respirátor

V prípade, že nemáte špeciálne určenú izolačnú miestnosť na odkladanie použitých ochranných pomôcok s predsieňou, FFP3 respirátor si odkladajte v bezpečnom priestore, **mimo izolačnej miestnosti pacienta**. Prednej strany respirátora sa nedotýkajte, **je kontaminovaná**.

**Odkladanie respirátora:**

- mierne sa nakloňte dopredu,
- oboma rukami si prisuňte spodný popruh k hornému popruhu,
- nadvihnite popruhy cez vrchnú časť hlavy,
- nechajte respirátor zosunúť sa zo svojej tváre a hodte ho do koša na použitý zdravotnícky materiál.



### 5. Ruky

Umytie si ruky mydlom a vodou.



SLOVENSKÝ  
PACIENT

Preventívne  
postupy



Štandardné  
postupy



# POUŽÍVANIE OSOBNÝCH OCHRANNÝCH POMÔCOK (OOP)

## NASADENIE OSOBNÝCH OCHRANNÝCH POMÔCOK

### Dodržiavajte štandardné bezpečnostné opatrenia, aby ste ochránili seba, ako aj zabránili ďalšiemu šíreniu infekcie:

- Nedotýkajte sa rukami tváre ani ochranných pomôcok.
- Rukavice si vymeňte vždy, keď sú poškodené alebo kontaminované.
- Obmedzte kontakt s plochami v okolí pacienta.
- Pravidelne vykonávajte hygienu rúk.
- Po stiahnutí rukavíc si vždy umyte ruky.

### Inštrukcie pred nasadením ochranných pomôcok

#### Uistite sa, že:

- zdravotnícky pracovník je hydratovaný,
- má zopnuté vlasy,
- má odložené všetky šperky,
- používa osobné ochranné pomôcky,
- jeho pomôcky sú správnej veľkosti.

### Nasadenie osobných ochranných pomôcok.

Poradie pri nasadení je:

1. plášť,
2. respirátor,
3. ochrana očí,
4. rukavice.

**Osobné ochranné pomôcky si nasadte mimo miestnosti, kde sa nachádza pacient.**

## PRED NASADENÍM OSOBNÝCH OCHRANNÝCH POMÔCOK SI UMYTE RUKY

### 1. PLÁŠŤ

Oblečte si jednorazový **ochranný plášť** s dlhým rukávom a manžetami na rukávoch. Zaviažte si šnúry na krku a páse.

Plášť má byť sterilný, resp. má mať integrovanú strednú vrstvu z mikrovlákná, ktorá chráni proti prenikaniu baktérií.



### 2. RESPIRÁTOR

#### Poznámka:

Používajte respirátor, ktorý ste mali možnosť **otestovať v rámci nácviku** vo vašom zariadení.

Ak nosíte okuliare alebo potrebujete okuliare pri práci, používajte taký respirátor, ktorý je kompatibilný s okuliarmi, ktoré ste si otestovali v rámci výcviku.

Horné popruhy respirátora umiestnite na temeno hlavy – nad uši, spodný popruh umiestnite na šiju a krk. Dbajte na to, aby vám respirátor **rovno priliehal na tvár**.

Oboma rukami vyformujte nos a pritlačte respirátor prstami **smernom nadol**.

Ak respirátor dobre neprilieha, **nepokračujte ďalej**, nie ste chránení. Technika správneho nasadenia respirátora sa môže líšiť medzi rôznymi značkami a typmi.

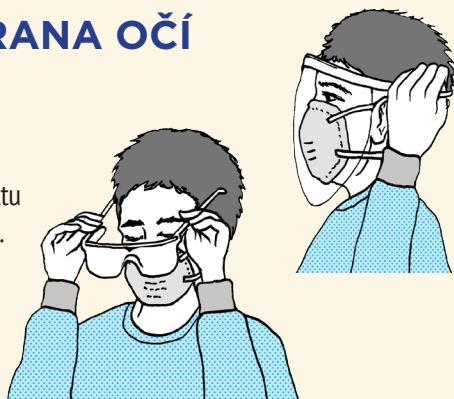
Pokyny na správne nasadenie respirátora uvádza výrobca.

**Dozdrživajte ich, ináč nie ste chránení.**



### 3. OCHRANA OČÍ

Okuliare si nasadte ponad tvár a oči, bez priameho kontaktu s tvárou alebo očami. Pomocou šnúrok alebo čelenky si ich upravte na mieru.



### 4. RUKAVICE

Používajte správnu veľkosť rukavíc. Manžeta ochranného pláštá musí zakrývať manžetu ochrannej rukavice.



SLOVENSKÝ  
PACIENT

Preventívne  
postupy



Štandardné  
postupy

