

Datum vydání: 30. června 2021 (Věstník Ministerstva zdravotnictví 2021, částka 8)

**„NÁRODNÍ OŠETŘOVATELSKÝ POSTUP
PREVENCE PORANĚNÍ KŮŽE ZPŮSOBENÉ OSOBNÍMI OCHRANNÝMI
PRACOVNÍMI PROSTŘEDKY“**

**soubor doporučení a návod pro tvorbu místních ošetřovatelských postupů
v zařízeních poskytovatelů zdravotních služeb**

Vydává Ministerstvo zdravotnictví ČR
ve spolupráci

s Národním centrem ošetřovatelství a nelékařských zdravotnických oborů,
Masarykovou univerzitou – Lékařskou fakultou, Českou společností pro léčbu rány,
Fakultní nemocnicí u svaté Anny v Brně, Fakultní nemocnicí Ostrava,
Nemocnicí České Budějovice, a.s., Profesionální a odborovou unií zdravotnických pracovníků,
Českou asociací sester, Komorou záchranářů, Českou komorou porodních asistentek,
Českou společností urgentní medicíny a medicíny katastrof,
Spolkem vysokoškolsky vzdělaných sester

DEFINICE:

Zabránění vzniku poškození integrity kůže v důsledku dlouhodobého používání osobních ochranných pracovních prostředků.

VYMEZENÍ VYBRANÝCH POJMŮ A ZKRATEK:

BOZP	bezpečnost a ochrana zdraví při práci
Dermatitida	společný termín pro všechny záněty kůže
Deskvamace	olupování kůže v drobných šupinkách nebo v cárech
Eroze	kožní nebo slizniční oděrka (nezasahuje do šikárky nebo pod lamina muscularis mucosae)
Erytém	červené zbarvení kůže nebo sliznic způsobené zánětem, rozšířením nebo množstvím cév
Exantém	vyrážka (výsev kožních projevů)
Exfoliace	olupování odumřelých vrstev epitelu
Frikční léze	poškození tkání, kůže třením
Intertrigo	opružení (dermatitida vznikající v místech mechanického tření a vlhké zapáříky)
Iritace	podráždění pokožky nebo jiné tkáně
Lacerace	roztržení měkkých tkání, kůže
Léze	obecný termín označující poranění, poškození
Macerace	rozmačeni okrajů rány vlivem nadměrné vlhkosti
OOPP	osobní ochranné pracovní prostředky, které musí chránit zaměstnance před riziky, nesmí ohrožovat jejich zdraví, nesmí bránit při výkonu práce a musí splňovat požadavky stanovené předpisem Evropské unie

Predilekční oblast	místo, kde se poškození kůže (frikční, vlhká nebo tlaková léze) objevuje nejčastěji
Retinoidy	kosmetické látky odvozené od vitamínu A určené primárně pro regeneraci pleti a redukci akné
Tlaková léze	poškození integrity tkání, kůže na podkladě lokálního působení tlaku
Vezikula	puchýř (dutina na povrchu kůže nebo sliznice vyplněná čirým obsahem)
Vlhká léze	poškození integrity tkání, kůže vlivem vlhkosti

CÍL:

- Znat možnosti prevence vzniku poranění/poškození kůže pod OOPP.
- Realizovat opatření k minimalizaci rizika vzniku poranění/poškození kůže pod OOPP vhodně zvolenými intervencemi.

KOMPETENTNÍ OSOBY:

Kompetence vychází z platné legislativy, zejména z vyhlášky č. 55/2011 Sb. o činnostech zdravotnických pracovníků a jiných odborných pracovníků a ze zákona č. 262/2006 Sb., zákoníku práce ve znění pozdějších předpisů. Kompetentními osobami pro prevenci poranění kůže způsobené OOPP jsou všichni zdravotničtí pracovníci, kteří přicházejí do osobního kontaktu s pacienty/klienty a biologickým materiálem, a jsou proto povinni OOPP používat (1, 2).

POMŮCKY:

Zákon č. 262/2006 Sb. ve znění pozdějších předpisů (podle §104) ukládá zaměstnavateli povinnost poskytovat zaměstnanci osobní ochranné pracovní prostředky (OOPP), které jej mají chránit před riziky, neohrožovat jeho zdraví a nebránit mu při výkonu práce. U poskytovatelů zdravotních služeb se mezi OOPP řadí zejména ústenky, masky, polomasky s filtrem, celo-obličejové masky, respirátory různé kategorie a typu ochrany, ochranné brýle, obličejové štíty, ochranné přilby, jednorázové nesterilní a sterilní rukavice, pracovní oděv, ochranné pláště, celotělové ochranné obleky (kombinézy), zástěry, obuv, návleky na obuv (3).

Při výběru OOPP záleží na konkrétních podmínkách na daném pracovišti. Vodítkem při přidělování OOPP mohou být přílohy k nařízení vlády č. 495/2001 Sb., kterými se stanoví rozsah a bližší podmínky poskytování osobních ochranných pracovních prostředků (4). O bezpečnosti výrobku svědčí označení CE na výrobku a také EU prohlášení o shodě, které vydává výrobce. Dodávání OOPP na trh se řídí Nařízením Evropského parlamentu a Rady (EU) 2016/425 (5).

Životnost OOPP stanoví zaměstnavatel, pokud to není stanoveno od výrobce. Pokud dojde k poškození či opotřebení OOPP, zaměstnavatel musí zaměstnanci poskytnout nové. Pokud má zaměstnanec pochybnost, že OOPP poskytované zaměstnavatelem nejsou kvalitní, nespĺňují ochrannou funkci, může se obrátit na odborně způsobilou osobu v prevenci rizik, odborovou organizaci nebo zástupce zaměstnanců pro BOZP (6).

OŠETŘOVATELSKÝ POSTUP:

Dlouhodobé používání ústenek, masek, respirátorů, ochranných brýlí nebo štítů a ochranných přileb vyvolává v predilekčních oblastech (kořen nosu, lícní kosti, tváře, kůže okolo očí a na čele) konstantní třecí a tlakové síly, které jsou poté příčinou podráždění a zarudnutí pokožky, její macerace, deskvamace, exfoliace. Důsledkem může být vznik exantémů či kožních lézí, doprovázený v mnoha případech také bolestí, pálením, svěděním. Podrážděná pokožka může

vést pracovníka k tomu, aby se dotýkal pokožky obličeje a nevědomky porušoval zásady používání OOPP (viz Příloha 1 a 2).

Dlouhodobé používání rukavic a celotělových ochranných obleků (kombinéz) vyvolává změny vlhkosti, které mohou způsobit podráždění pokožky, intertrigo, nadměrnou maceraci, poškození kůže a dermatitidu.

Vzhledem k celodennímu používání ústenek, masek, respirátorů, celotělových ochranných obleků a rukavic často i v extrémních podmínkách spojených se zvýšeným pocením, způsobeným enormní pracovní zátěží a stresem, doporučují zahraniční autoři chránit kůži v místě dotyku pokožky s OOPP odpovídající péčí ještě před jejich použitím a samozřejmě také po jejich použití. Cílem je zabránit jakémukoliv poškození kůže zdravotnických pracovníků, protože rána na kůži je nejenom vstupní bránou pro infekci jakéhokoliv původce (bakterie, viry, plísně apod.), ale také s rizikem nesprávného používání OOPP a snížením celkové koncentrace zdravotníka (7, 8).

1. Odpovídající péče o pokožku před a po použití OOPP

V péči o pokožku je třeba největší pozornost věnovat místům, kde se OOPP dotýkají tváře zdravotnického pracovníka, protože tam je pokožka citlivější než na jiných částech těla. Při dlouhotrvajícím použití ústenek, masek nebo respirátorů bez přestávek, které by umožnily pokožce regeneraci, může jejich okluzivní a dráždivý charakter způsobit nejenom poranění kůže, ale také vznik či relaps latentních kožních onemocnění, jako je akné, rosacea nebo seboroická dermatitida. Alvez a kol. (7) doporučují v péči o pokožku tři základní obecné postupy:

A. Ochrana:

- udržujte pokožku suchou a ujistěte se, že ústenka, maska nebo respirátor dobře přiléhá¹, ale kůži na tváři nebo za ušními boltci neodírá,
- používejte kvalitní hydratační a/nebo ochranné krémy bez potenciálně dráždivých složek,
- zvažte použití krému na bázi akrylátového polymeru nebo silikonu (má delší životnost),
- hydratační krém aplikujte na oblast styčných ploch OOPP s pokožkou (čelo, nos, lícní kosti),
- po aplikaci hydratačního krému na ruce věnujte zvýšenou opatrnost při manipulaci s kyslíkem,
- ujistěte se, že hydratační krém po aplikaci zaschnul a vytvořil film, který neovlivní přiléhavost a těsnost OOPP tak, že by snížil jejich účinnost,
- make-up a jiné kosmetické prostředky pod OOPP raději nepoužívejte,
- vyhněte se používání OOPP z potenciálně alergizujících materiálů,
- pravidelně hydratujte také ruce a před navlékáním rukavic se ujistěte, že máte ruce suché,
- zvažte použití ochrany styčných ploch mezi pokožkou a OOPP měkkými materiály, které sníží tlak v uvedených oblastech (viz Příloha 3),
- dodržujte metodický návod „Hygienu rukou při poskytování zdravotní péče“ (Věstník MZ 5/2012) a Vyhlášku č. 306/2012 Sb. (nošení šperků, náramkových hodinek, a umělých nehtů není přípustné při všech činnostech spojených s přímým poskytováním péče pacientům), (9, 10).

B. Čištění:

- omývejte pokožku šetrně vlažnou vodou, věnujte zvýšenou pozornost místům, která byla vystavena tlaku, případně použijte sprchu a umyjte i vlasy,

¹ Kontrola těsnosti se provádí přetlakem a podtlakem. Při kontrole přetlakem zdravotník vydechne do prostoru masky/respirátoru a nesmí cítit proud vzduchu na obličeji. Při kontrole těsnosti podtlakem se zdravotník nadechne a vydrží v nádechu 10 sekund tak, aby došlo k mírnému zhroucení masky/respirátoru směrem k obličeji (3, 11).

- k omývání používejte nedráždivá mýdla/detergenty s neutrálním pH (5,5-7,0),
- při sušení se vyhněte nadměrnému tření, abyste nezpůsobili poškození pokožky.

C. Obnova:

- věnujte pokožce po použití OOPP a mezi pracovními službami zvýšenou péči,
- používejte regenerační hydratační krémy bez potenciálně dráždivých látek (parfémy, exfolianty, retinoidy, depigmentující složky apod.),
- denní péče o pokožku, její hydratace a ochrana přispívá k zachování její integrity a napomáhá prevenci poranění,
- pokud se objeví erytém, eroze nebo vezikuly, vyhledejte lékařskou pomoc.

2. Použití OOPP odpovídajících typu péče a anatomii těla

Při prevenci poranění kůže je třeba vzít v úvahu, že ne všechny OOPP jsou kompatibilní s anatomii obličeje, a také materiál nemusí vyhovovat každému typu pokožky. **Postup volby vhodných OOPP:**

- zvolte adekvátní OOPP (odpovídající riziku, před kterým má chránit a odpovídající velikosti),
- v případě nepříjemných vjemů po nasazení (zvýšený tlak, tření, bolest apod.) ověřte správnost nasazení a použití jiného typu OOPP (stejná míra ochrany, jiná velikost, tvar)
- vyvarujte se nadměrného tlaku v místech fixace OOPP, aby nedošlo ke zvýšení tlakové a třecí síly, která má za následek nepohodlí s vysokou pravděpodobností vzniku tlakové léze,
- po nasazení OOPP si ji upravte podle tvaru nosu a obličeje,
- ujistěte se, že dotyk ochranné pomůcky s vaší pokožkou vám není nepříjemný,
- zaměřte se na klíčové oblasti (čelo, nos, tváře, uši), mechanické a fyzické podněty, které na ně působí, a zvažte správný postup přiložení (viz Příloha 1 a 2),
- ujistěte se, že používáte odpovídající OOPP, a že ji máte správným způsobem nasazenou (podráždění kůže může být vyvoláno nesprávným nasazením OOPP),
- před nasazením ochranných rukavic se ujistěte, že jsou vaše ruce čisté a suché (po umytí, použití dezinfekčního prostředku nebo hydratačního krému),
- dodržujte pokyny pro nasazování a snímání OOPP (viz Příloha 1 a 2),
- věnujte zvýšenou pozornost místům vlhké zapáčky při používání neprodyšných ochranných oděvů, před i po použití OOPP tato místa ošetřete.

3. Použití krycího materiálu jako ochrany styčných ploch mezi OOPP a pokožkou v predilekčních oblastech

Při použití krycího materiálu pro prevenci poranění kůže je třeba vzít v úvahu, že ne všechny krycí materiály mají stejné vlastnosti a mohou vykazovat rozdílné výsledky. Materiál na ochranu styčných ploch nesmí sám pokožku dráždit, musí být tenký, absorbovat vlhkost, přizpůsobovat se konturám obličeje, zaručovat správné utěsnění masky, respirátoru, aniž by znamenal riziko pro uživatele při jeho nasazování, použití nebo odstraňování. **Postup ochrany styčných ploch mezi OOPP a pokožkou:**

- vyhodnoťte oblasti styčných ploch mezi pokožkou a OOPP (nos, tváře, čelo a zadní oblast ušního boltce jsou nejčastějšími tlakovými/třecími zónami, tj. predilekčními oblastmi),
- omyjte a osušte si obličej, zejména na místech, kam budete ochranné krytí přikládat,
- zvolte vhodný materiál ochranného krytí s prokázanou schopností zmírnit mechanické deformace a napětí ve tkáních svou vlastní pružností, a vystříhnete z něho vhodný tvar a velikost ochrany citlivých míst obličeje (vhodným materiálem jsou krytí obsahující silikon, polyuretanové pěny nebo hydrokoloidní krytí – viz Příloha 3),

Pozor! Rizikem hydrokoloidů je špatná regulace vlhkosti a teploty.

- sledujte a posuzujte styčnou plochu OOPP a pokožky, aby bylo zvoleno to nejvhodnější řešení,

- nanášejte/nalepujte ochranné krytí na relaxovanou pokožku (nenapnutou) tak, abyste se vyhnuli poranění kůže souvisejícím s nadměrným tahem a tlakem v důsledku zdravotnického adheziva (lepivé vrstvy),
- nasazujte OOPP na ochranné krytí opatrně, abyste ho neodsunuli z původního místa a nevytvořili kožní záhyby,
- po nasazení OOPP se ujistěte, že se ochranné krytí kůže neshrnulo nebo neodsunulo, nebo samo nevytváří zbytečný tlak na kůži,
- zkontrolujte, zda OOPP dobře přiléhá k ochrannému krytí a k pokožce,
- ujistěte se, že vám OOPP správně sedí a poskytuje tak dostatečnou ochranu (změny objemu respirátoru v závislosti na dýchání – zkouška těsnosti),
- ujistěte se, že použité ochranné krytí nesnižuje účinnost OOPP.

4. Snížení tlaku v predilekčních oblastech

Zdravotnický pracovník v průběhu výkonu práce dodržuje doporučené postupy pro nasazování a snímání OOPP, a tlak a napětí v dotčených oblastech kůže nejvýše po 4 hodinách uvolňuje (7). Po uplynutí doby na odpočinek si pracovník bere OOPP zcela nové. Pokud je ochranné krytí nebo OOPP vlhký nebo poškozený, musí být vyměněn okamžitě.

LITERATURA:

1. Vyhláška MZ č. 55/2011 Sb. o činnostech zdravotnických pracovníků a jiných odborných pracovníků. [online]. [cit. 2021-04-26]. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2011-55>
2. Zákon č. 262/2006 Sb. zákoník práce. [online]. [cit. 2021-03-13]. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2006-262#cast5>
3. Saibertová, S. Pokorná, A. Nejčastější chyby při používání osobních ochranných pomůcek. *Medicína pro praxi*, 2021, roč. 18, č. 1, s. 75-78.
4. Nařízení vlády č. 495/2001 Sb., kterým se stanoví rozsah a bližší podmínky poskytování osobních ochranných pracovních prostředků, mycích, čisticích a dezinfekčních prostředků. [online]. [cit. 2021-04-26]. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2001-495>
5. Nařízení Evropského parlamentu a Rady (EU) 2016/425 ze dne 9. března 2016 o osobních ochranných prostředcích a o zrušení směrnice Rady 89/686/EHS.
6. Škréta, K.; Hrubá, K. Desatero správného poskytování OOPP. Portál BOZPinfo.cz, 2018. [online]. [cit. 2021-03-13]. Dostupné z: <https://www.bozpinfo.cz/desatero-spravneho-poskytovani-oopp>
7. Alves, P.; Gefen, A.; Moura, A. et al. Prevention of skin lesions caused by personal protective equipment (Face masks, respirators, visors and protection glasses). *Associação Portuguesa de Tratamento de Feridas*, 2020. ISBN 978-989-54770-4-3. [online]. [cit. 2021-03-23]. Český překlad dostupný z: <https://www.med.muni.cz/aktuality/doporuceny-postup-prevence-poraneni-kuze-zpusobenych-osobnimi-ochrannymi-pomuckami>
8. LeBlanc, K.; Heerschap, C.; Butt, B.; Bresnai-Harris, J.; Wiesenfeld, L. Prevention and Management of Personal Protective Equipment Skin Injury: Update 2020. NSWOC. Available from: www.nswoc.ca/ppe. Český překlad dostupný z: <https://www.mzcr.cz/prevence-poskozeni-kuze-pri-uzivani-oop/>
9. Věstník MZ, částka 5, 2012. Metodický návod. Hygiena rukou při poskytování zdravotní péče. [online]. [cit. 2021-01-26]. Dostupné z: <https://www.mzcr.cz/vestnik/vestnik-c-5-2012/>
10. Vyhláška MZ č. 306/2012 Sb. o podmínkách předcházení vzniku a šíření infekčních onemocnění a o hygienických požadavcích na provoz zdravotnických zařízení a ústavů sociální péče. [online]. [cit. 2021-04-26]. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2012-306#p5>
11. MZ ČR, 2020. Osobní ochranné pracovní pomůcky (OOPP). [online]. [cit. 2021-04-04]. Dostupné z: <https://koronavirus.mzcr.cz/wp-content/uploads/2020/10/Osobn%C3%AD-ochrann%C3%A9-pracovn%C3%AD-pom%C5%AFcky.pdf>
12. MZ ČR, 2020. Bezpečné používání osobních ochranných prostředků (OOP) při poskytování lůžkové zdravotní péče pacientům s COVID-19. [online]. [cit. 2021-04-04]. Dostupné z: http://www.nrc-hai.cz/sites/default/files/soubory/pdf/COVID_19_OOP_oblekani_svlekani_def_1.pdf
13. ČSN EN ISO 13688. Ochranné oděvy. Obecné požadavky. Praha: Úřad pro technickou normalizaci, metrologii a státní zkušebnictví, 2014, 28 s. Třídící znak 832701.
14. ČSN EN 14605 +A1. Ochranný oděv proti kapalným chemikáliím. Požadavky na provedení pro ochranné oděvy proti chemikáliím se spojí mezi částmi oděvu, které jsou nepropustné proti kapalinám (typ 3) nebo nepropustné proti postřiku ve formě spreje (typ 4) a zahrnující prostředky poskytující ochranu jen částí těla (typy PB [3] a PB [4]).

Praha: Úřad pro technickou normalizaci, metrologii a státní zkušebnictví, 2009, 16 s.
Třídící znak 832721.

Obecné zásady používání OOPP kategorie I a II

- Chránit si zejména sliznice úst, dýchacích cest a spojivkového vaku.
- Před oblečením se přiměřeně napít a dojít si na toaletu, sejmout hodinky, šperky, provést hygienu rukou.
- Zkompletovat a zkontrolovat neporušenost OOPP před vstupem do pracovního prostoru.
- Při oblékání a svlékání nespěchat, pod OOPP používat pracovní prádlo (bílé, termo apod.).
- Nedotýkat se zbytečně obličeje.
- V OOPP nejíst, nepít, nekouřit.
- Častěji střídat ošetřující personál.
- Plánovat úkony v pracovním prostoru dopředu s cílem minimalizovat kontakt s pacientem/klientem.
- Pracovní oděv pod OOPP lze používat opakovaně.
- Po svlečení OOPP vždy provádět hygienickou dezinfekci rukou (9, 12).

Postup oblékání OOPP kategorie I a II

- Připravte si OOPP na stanoveném místě.
- Sejměte hodinky, náušnice, prstýnky atd., sepněte pevně vlasy. U mužů je nezbytné čerstvé oholení.
- Proveďte hygienickou dezinfekci rukou nebo nasadte první vrstvu rukavic.
- Oblékněte plášť, zavažte za krkem a v pase. Zkontrolujte, zda nemáte obnažené spodní oblečení a záda jsou zakrytá. (Manžetu rukávu pláště přehrňte přes první vrstvu rukavic. Přilepte okraj manžety k rukavici lepicí páskou, na konci pásky vytvořte záložku.)
- Pokud používáte dioptrické brýle, před nasazením respirátoru je sundejte a odložte.
- Vyjměte respirátor z obalu a nasadte jej volně na nos a ústa, jednou rukou přidržte a druhou rukou navlékněte fixační poutka přes hlavu na temeno, nad a pod ušní boltce. Následně zafixujte respirátor oběma rukama kolem nosu, tváří a brady a proveďte zkoušku těsnosti (při nádechu a výdechu nesmí kolem respirátoru unikat vzduch)². Pokud používáte dioptrické brýle, nasadte si je zpět.
- Nasadte dobře těsnící ochranné brýle tak, aby byly dobře zafixované po celém obvodu. Spodní hrana brýlí přitom přesahuje přes horní okraj respirátoru.
- Alternativou ochranných brýlí je obličejový štít, který se na rozdíl od brýlí nasazuje až po oblečení čepice. Ochranný štít je vhodný pro nositele dioptrických brýlí.
- Nasadte ochrannou jednorázovou čepici tak, aby lemovala horní hranu ochranných brýlí a kryla oba ušní boltce. Soustředte se na pečlivé překrytí vlasů, abyste předešli jejich dodatečnému upravování.
- Nasadte druhou vrstvu rukavic optimálně jiné barvy. Nebo navlékněte první rukavice a hned přes ně nasadte druhé.
- Závěrem zkontrolujte úplnost a správnost nasazených OOPP. Po vstupu do pracovního prostoru se již nedotýkejte obličeje a odkryté části krku (12).

Postup svlékání OOPP kategorie I a II

² Zlepšení těsnosti lze dosáhnout posunutím masky/respirátoru na obličej do vhodnější polohy, úpravou vytvarování nosní výztuže a posunutím upínacích tkaniček/gumiček/poutek do vhodnější polohy. Muži musí být v místě kontaktu respirátoru s kůží oholeni.

- Před svlékáním OOPP nejprve zkontrolujte, zda nejste v kontaminovaném prostoru.
- Připravte si prostor pro uložení infekčního/kontaminovaného odpadu.
- Svlekněte vrchní ochranné rukavice tak, že je opatrně uchopíte za horní okraj (směrem k paži) a druhou rukou je přetáhnete směrem k prstům (vnitřní, čistou částí nahoru/naruby). Svleknuté rukavice odhodte do pytle s infekčním/kontaminovaným odpadem, přitom je stále držte za vnitřní, čistou část.
- Jednou rukou chráněnou spodní rukavicí uchopíte okraj ochranné čepice na temeni hlavy, aniž se dotknete vlasů nebo kůže, čepici opatrně přetáhněte zezadu dopředu, odhodte do pytle s infekčním/kontaminovaným odpadem a proveďte dezinfekci spodních rukavic nebo výměnu rukavic.
- Oběma rukama, chráněnými dezinfikovanými nebo novými rukavicemi, uchopíte popruh brýlí na temeni hlavy, brýle opatrně sejměte dozadu dopředu a odhodte do kontejneru pro opakovaně používané OOPP.
- Rozvažte ochranný plášť na zádech a uchopíte jeho horní část v oblasti ramen za vnější povrch, aby nedošlo k dotyku s oděvem. Stáhněte jej směrem od ramen k rukám a rolujte kontaminovanou stranou dovnitř co nejdál od těla. Stáhněte plášť až k spodním rukavicím, které opatrně sejměte spolu s pláštěm a obojí odhodte do pytle s infekčním/kontaminovaným odpadem.
- Po odhození ochranného pláště a rukavic proveďte hygienickou dezinfekci rukou.
- Oběma rukama uchopíte poutka respirátoru vzadu na hlavě, opatrně je přetáhněte přes hlavu a odhodte do pytle s infekčním/kontaminovaným odpadem.
- Po odhození respirátoru proveďte závěrečnou hygienickou dezinfekci rukou (12).

Obecné zásady používání OOPP kategorie III

- Poučit uživatele o správném oblékání a svlékání OOPP.
- Chránit si zejména sliznice úst, dýchacích cest a spojivkového vaku.
- Před oblečením se přiměřeně napít a dojít si na toaletu, sejmout hodinky, šperky, předměty na opasku a v kapsách, provést hygienu rukou.
- Zkompletovat a pravidelně kontrolovat neporušenost OOPP před zahájením poskytování péče a průběžně během poskytování péče.
- Nosit OOPP správné velikosti, které nejsou příliš těsné nebo volné. OOPP nesmí bránit pohybu nebo komunikaci.
- Při oblékání a svlékání postupovat systematicky v rámci časových možností (např. s ohledem na reakční dobu výjezdu zdravotnické záchranné služby), pod OOPP používat pracovní prádlo (např. termo prádlo).
- Nedotýkat se zbytečně obličeje.
- Pokud je to možné, častěji střídat ošetřující personál.
- Plánovat úkony v pracovním prostoru dopředu s cílem minimalizovat kontakt s pacientem/klientem.
- Pracovní oděv pod OOPP lze používat opakovaně.
- Po svlečení OOPP vždy provádět hygienickou dezinfekci rukou.

Postup oblékání OOPP kategorie III

- Připravte si kompletní OOPP na stanoveném místě.
- Sejměte hodinky, náušnice, prstýnky, předměty na opasku, vyjměte předměty z kapes apod., sepněte pevně vlasy. U mužů je nezbytné čerstvé oholení.
- Nasadte si respirátor nebo ochrannou masku a ochranné brýle, či celo-obličejovou masku.
- Přes předepsanou obuv přetáhněte návleky, pevně ovažte tkanice kolem kotníků a bérců, nebo použijte předepsané holínky.
- Začněte oblékat kombinézu – nejprve nohavice. Nohavice musí být přetaženy přes návleky na obuv.
- Proveďte hygienickou dezinfekci rukou a nasadte první vrstvu rukavic. Postavte se a natáhněte kombinézu do výšky pasu.
- V závislosti na typu obleku oblékněte pár speciálních ochranných rukavic.
- Horní končetiny vložte do rukávů. Rukáv musí být přetažen přes ochranné rukavice.
- V případě ochranného obleku vyšší třídy se ochranné rukavice nasazují až po protažení horních končetin skrze rukávy.
- Přes hlavu přetáhněte kapuci a zcela narovnaní si zapněte zip kombinézy až ke krku. Strhněte fixační pásku podél celého zipu a oblek přelepte.
- Vyzvěte kolegu/kolegyni k utěsnění spojů na všech končetinách lepicí páskou – alespoň dvakrát oviňte zápěstí a bérce – konec pásky přeložte tak, aby šla následně uchopit a odlepit.
- Vyzvěte kolegu/kolegyni, aby utěsnil lepicí páskou spoje mezi kapucí, brýlemi a respirátorem nebo maskou.
- V případě využívání filtro-ventilační jednotky ji připojte k masce.
- Vyzvěte kolegu/kolegyni, aby Vám pečlivě zkontroloval/a celý OOPP!

Postup při svlékání OOPP kategorie III

- Projděte fyzikální nebo chemickou dekontaminací, pokud je to indikované.
- Zkontrolujte, že nejste v kontaminovaném prostoru.
- Připravte si pytel na kontaminovaný odpad.
- Proveďte první dezinfekci rukou (nasazených rukavic).

- Sejměte z oděvu spoje utěsňující lepicí pásky a vložte je do pytle.
- Začněte rolovat kapuci dozadu, směrem od hlavy. Vnější strana kapuce se nesmí dotknout hlavy.
- Rozepněte zip kombinézy a začněte ji rolovat směrem od ramen dolů.
- Obě ruce mějte za zády a postupně stáhněte rukávy včetně ochranných (horních) rukavic. Proveďte dezinfekci rukou (spodních rukavic).
- Stahujte ochranný oděv ke kolenům a nyní se již spodními rukavicemi dotýkejte pouze vnitřní, čisté strany obleku.
- Neustálým rolováním směrem ven od těla a úchopem za vnitřní část oděvu stáhněte oblek ke kotníkům.
- Uvolněte zavázané pásky z návleků na obuv.
- Sundejte oblek i s návleky na obuv a umístěte do pytle či nádoby na kontaminovaný odpad.
- Uchopte popruh brýlí/masky zezadu a se zavřenýma očima je/ji sundejte a umístěte do kontejneru nebo do prostoru pro následnou dekontaminaci.
- Se zadržným dechem sundejte respirátor nebo masku či celo-obličejovou masku. Respirátor umístěte do pytle na kontaminovaný odpad, masku či celo-obličejovou masku umístěte do kontejneru nebo prostoru pro následnou dekontaminaci.
- Poté stáhněte spodní rukavice a proveďte hygienickou dezinfekci rukou.
- Co nejdříve sundejte pracovní prádlo (termo prádlo), osprchujte se a převlékněte do čistého oděvu (13, 14).

Zdravotnické prostředky pro prevenci a léčbu poranění kůže způsobených použitím OOPP (8)

Zdravotnické prostředky	Popis prostředku
Dimethicone /silicon/	Dimethicone je syntetická látka na bázi silikonu, která může posílit bariérovou funkci pokožky. Často je používán jako složka kožních ochranných krémů pro léčbu ran a ošetření suché pokožky.
Hydrokoloidní krytí	Hydrokoloidní krytí je neprůhledné nebo transparentní. V kontaktu s exsudátem v ráně polysacharidy a další polymery v něm obsažené absorbují vodu, bobtnají a vytvářejí gel. Krytí se stává okluzivním. Při pozdní výměně může dojít k maceraci kůže. Při preventivní aplikaci na neporušenou pokožku adhezuje hydrokoloidní krytí k povrchu kůže, který chrání a napomáhá redistribuci tlaku.
Pěnová krytí s/bez obsahu silikonu	Absorpční krytí tvořena polyuretanovou pěnou. Na spodině mohou mít silikonovou vrstvu. Pěna při správné aplikaci zajišťuje optimální vlhké prostředí v ráně. Při preventivní aplikaci na neporušenou pokožku adhezuje krytí se silikonovou spodinou k povrchu kůže. Pěna chrání a napomáhá redistribuci tlaku
Neperforovaná silikonová krytí	Silikonová krycí vrstva s adherentní podporou neabsorbuje vlhkost a chrání kůži před poškozením.
Perforovaná krytí se silikonovou adherentní vrstvou	Perforovaná silikonová krycí mřížka s jednostrannou adhezivní vrstvou (šetrnou adherentní kontaktní vrstvou) neabsorbuje vlhkost, ale odvádí ji do sekundárního krytí.
Zvlhčující krémy	K léčbě či prevenci suché, drsné, olupující se a svědící pokožky a jiných drobných podráždění kůže.
Ochranné bariérové krémy	Chrání poškozenou i nepoškozenou pokožku před vlhkostí, adhezivním traumatem a třením.
Ochranné spreje	Vytváří prodyšný transparentní film, který chrání poškozenou i nepoškozenou pokožku před vlhkostí, traumatem a třením.

KONTROLNÍ KRITÉRIA
1) Je k dispozici doporučený postup týkající se prevence poškození kůže osobními ochrannými pomůckami (OOPP)?
2) Má zdravotnický pracovník k dispozici dostatečné množství OOPP kompatibilních s úrovní rizika a péče, kterou poskytuje?
3) Používá zdravotnický pracovník k mytí rukou nedráždivá, pH neutrální mýdla/detergenty?
4) Má zdravotnický pracovník k dispozici kvalitní hydratační a/nebo ochranné krémy (po mytí rukou) bez potenciálně dráždivých složek?
5) Má zdravotnický pracovník k dispozici ochranné krytí kůže, aby nedošlo k jejímu poškození působením OOPP?

Pro ověření kritérií jsou používané metody:

- Pohled, dotaz nebo pozorování zdravotnického pracovníka při práci.