



Αρ. Πρωτοκόλλου 3	Έκδοση 1 <sup>η</sup>	Σεπτέμβριος 2011	Σελίδα 1 από 2
-------------------	-----------------------	------------------	----------------

**ΤΙΤΛΟΣ ΠΡΩΤΟΚΟΛΛΟΥ  
ΠΛΥΣΙΜΟ ΧΕΡΙΩΝ**


Συντάχθηκε από ομάδα εργασίας	World Health Organization Επιμέλεια Ελληνικής Μετάφρασης Εργαστήριο Κλινικών Δεξιοτήτων Ιατρική Σχολή Α.Π.Θ.
Διευθύντρια Νοσηλευτικής Υπηρεσίας	Κοκώνη Κουτσιαντά - Ζαμπόκα
Διευθύντρια Ιατρικής Υπηρεσίας	Φανή Αθανασιάδου- Πιπεροπούλου Καθηγήτρια Παιδιατρικής Α.Π.Θ
Πρόεδρος Επιστημονικού Συμβουλίου	Δημήτριος Γρέκας Καθηγητής Παθολογίας Α.Π.Θ
Διοικητής & Πρόεδρος Δ.Σ Π.Γ.Ν.Θ ΑΧΕΠΑ	Γεώργιος Βέργουλας

Απόφαση Δ.Σ.: Συνεδρίαση 19<sup>η</sup> της 30/08/2011  
Θέμα 49<sup>ο</sup>

Κάθε αντίγραφο του παρόντος εγγράφου ισχύει μόνο  
όταν φέρει την σφραγίδα της πηγής προέλευσης:  
ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ Π.Γ.Ν.Θ ΑΧΕΠΑ

# Πώς να πλένουμε τα χέρια μας;

ΠΛΥΝΕΤΕ ΤΑ ΧΕΡΙΑ ΣΑΣ ΜΟΝΟ ΟΤΑΝ ΕΙΝΑΙ ΕΜΦΑΝΩΣ  
ΑΚΑΘΑΡΤΑ, ΑΛΛΙΩΣ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΣΤΕ ΑΛΚΟΟΛΟΥΧΑ  
ΑΝΤΙΣΗΠΤΙΚΑ ΔΙΑΛΥΜΑΤΑ.

 **Διάρκεια όλης της διαδικασίας: 40-60 δευτερόλεπτα.**



**0** Βρέξτε τα χέρια σας με νερό.



**1** Βάλτε αρκετό σαπούνι, ώστε να καλύψει όλες τις επιφάνειες των χεριών.



**2** Τρίψτε τα χέρια παλάμη με παλάμη.



**3** Δεξιά παλάμη πάνω στη ραχιαία επιφάνεια του αριστερού χεριού, με τα δάχτυλα να συμπλέκονται και αντιστρόφως.



**4** Παλάμη με παλάμη με τα δάχτυλα να συμπλέκονται.



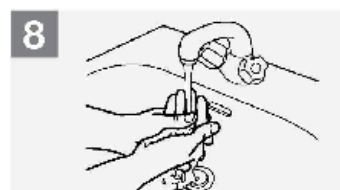
**5** Τα άκρα των δακτύλων με την αντίθετη παλάμη και τα δάχτυλα σφιγμένα μεταξύ τους.



**6** Περιτροφικό τρίψιμο του αριστερού αντίχειρα μέσα στη δεξιά παλάμη και αντιστρόφως.



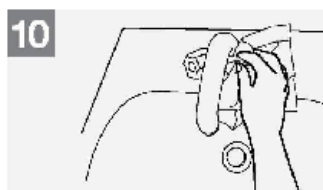
**7** Περιτροφικό τρίψιμο προς τα πίσω και εμπρός, με σφιγμένα τα δάχτυλα του δεξιού χεριού πάνω στην αριστερή παλάμη και αντιστρόφως.



**8** Ξεπλύνετε καλά με νερό.



**9** Σκουπίστε τα πολύ καλά με πετσέτα μιας χρήσης.



**10** Χρησιμοποιήστε την πετσέτα για να κλείσετε τη βρύση.



**11** Τα χέρια σας είναι τώρα ασφαλή.



**World Health Organization**

**Patient Safety**

A World Alliance for Safer Health Care

Επιμέλεια Ελληνικής Μετάφρασης  
Εργαστήριο Κλινικών Δεξιότητων  
Ιατρική Σχολή Α.Π.Θ.

All responsible organizations have been notified by the World Health Organization to verify the information contained in this document. However, the publisher incurs no liability for errors or omissions. The responsibility for the information 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. WHO acknowledges the Hôpital Universitaire de Genève (HUG), in particular the members of the Infection Control Programme, for their active participation in developing this material.

Μάιος 2009