

## BAGAIMANA CARA MELAKUKAN HAND HYGIENE ?

Ada 2 cara anda melakukan hand hygiene untuk menjaga tangan anda tetap bersih dan bebas dari bakteri dan virus

### Cuci tangan anda dengan sabun cair dan air mengalir

- Ketika tangan tampak kotor atau stained
- Buka perhiasan tangan anda.
- Buka kran dan basahi tangan
- Ambil sabun cair dalam telapak tangan
- Ratakan dan gosok pada telapak, punggung dan sela-sela jari tangan.
- Bilas dibawah air mengalir sampai bersih
- Keringkan tangan dengan benar
- Tutup kran dengan kertas tissue

### Gunakan alkohol hand rub/ alcohol gel

- Jika tangan tampak bersih, dan jika sabun dan air tidak tersedia.
- Tangan yang tampak bersih, masih mengandung banyak kuman.
- Alkohol sangat efektif membunuh kuman
- Gosok kedua tangan anda secara merata dengan tehnik yang sama sesuai gambar sampai tangan anda kering.

## TEHNIK HAND HYGIENE

Ikuti langkah-langkah berikut sesuai rekomendasi Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) untuk membersihkan tangan anda.



RSUP Sanglah Denpasar sangat menghargai anda yang turut serta dalam upaya pencegahan dan pengendalian infeksi melalui budaya " CUCI TANGAN " saat mengunjungi pasien kami.

### INFORMASI LEBIH LANJUT

Jika anda memiliki pertanyaan terkait pencegahan dan pengendalian infeksi, silahkan hubungi kami:

Komite PPI RSUP Sanglah  
(0361) 227911-15 ext: 182

# Hand Hygiene (Kebersihan Tangan)

Informasi Untuk Pasien & Pengunjung



Komite Pencegahan dan Pengendalian Infeksi  
RSUP SANGLAH DENPASAR  
Promosi Kesehatan Rumah Sakit

1.1/LFT-PKRS/2019



## APAKAH HAND HYGIENE ITU ?

Hand hygiene adalah istilah umum untuk kegiatan membersihkan tangan.

Tangan merupakan cara utama perpindahan kuman penyakit, dan cara paling efektif untuk mencegah penyebaran kuman penyakit dan mencegah infeksi nosokomial (infeksi rumah sakit) adalah **Hand Hygiene**

## MENGAPA HAND HYGIENE PENTING ?

Kuman tidak selalu berbahaya, namun kuman juga dapat menyebabkan penyakit seperti demam ataupun kuman yang lebih berbahaya seperti flu burung, MRSA ataupun *Chlostridium difficile*.

Tangan Anda selalu mendapat kuman ketika menyentuh lingkungan seperti handle pintu, telpon/Hp, setelah menggunakan toilet/WC, serta saat anda batuk ataupun bersin di tangan.



Hand hygiene adalah cara paling penting untuk mencegah penyebaran infeksi.

## KAPAN SEHARUSNYA SAYA MELAKUKAN HAND HYGIENE ?

### Pasien

Anda harus melakukan hand hygiene ketika tangan tampak kotor dan

- Sebelum makan atau mengambil makanan
- Sebelum menyentuh mata, hidung dan mulut anda
- Sebelum dan setelah menyentuh balutan atau alat medis yang menempel ditubuh anda seperti infus dan atau kateter urin anda.
- Setelah menggunakan toilet, pispot, urinal, dan
- Setelah membersihkan hidung anda, batuk atau bersin.



### Pengunjung

Anda harus melakukan hand hygiene saat masuk rumah sakit dan

- ❖ Sebelum dan setelah membesuk keluarga atau teman anda
- ❖ Sebelum memberikan bantuan pada pasien yang dibesuk, seperti; mengambilkan makanan atau membantu ke toilet
- ❖ Saat memasuki dan keluar dari ruang isolasi.

### Staff/ Petugas

Staff/ Petugas harus melakukan hand hygiene

- Sebelum menyentuh anda
- Sebelum melakukan prosedur aseptik, seperti memasang infus
- Setelah tindakan yang mungkin terkena cairan tubuh, seperti membuang urine
- Setelah menyentuh anda
- Setelah menyentuh apapun yang ada di area perawatan anda, seperti; pinggiran tempat tidur (bed), atau catatan rekam medis anda

Tolong ingatkan Petugas untuk melakukan hand hygiene jika menurut anda mereka lupa melakukannya.

