

Den hygieny rukou podává ruku prevenci a osvětě

29.4.2025 - | Uherskohradištská nemocnice

Uherskohradištská nemocnice již tradičně zve na Den hygieny rukou, který se uskuteční 5. května. Jeho cílem je zvýšit povědomí o důležitosti správné hygieny rukou v prevenci nemocí a infekcí. Uherskohradištská nemocnice se při něm připojí ke Světovému dni hygieny rukou, který vyhlásila Světová zdravotnická organizace (WHO), aby upozornila na význam mytí rukou jako rozhodujícího opatření, které předchází přenosu mnoha infekčních onemocnění.

„Čisté ruce jsou základ zdraví. Náš edukační program přiblíží zásady hygieny rukou. Nabídneme praktickou zkoušku mytí a dezinfekce pod odborným dohledem i následnou kontrolu kvality vlastní techniky pod UV lampou. Zájemci si také mohou nechat zjistit, jaké bakterie mají na rukou, a navíc i to, jak je na tom jejich pokožka z hlediska výživy a regenerace. Správná péče o namáhanou pokožku rukou je totiž také velmi důležitá,“ přiblížila program akce ústavní epidemioložka Uherskohradištské nemocnice RNDr. Lenka Snopková.

Ruce jsou jedním z hlavních přenašečů infekcí. Každý den přicházíme do kontaktu s různými povrchy a předměty, které mohou být znečištěné bakteriemi nebo viry. Pokud si následně rukama saháme na obličej, ústa, oči nebo nos, mohou se patogeny snadno dostat do našeho těla.

Zajímavostí dokládající důležitost hygieny rukou je i příklad britského cyklistického týmu, jehož trenér Dave Brailsford v rámci série kroků vedoucích ke zlepšení výkonů svých svěřenců, najal lékaře, který je naučil správně si myt ruce, aby snížili riziko nachlazení. Tento důraz na hygienu rukou ukazuje, jak i zdánlivě drobný návyk může ovlivnit celkový výkon. Dodejme, že britský tým pak během deseti let dosáhl významných úspěchů, včetně pěti vítězství v Tour de France a 66 zlatých medailí na olympijských a paralympijských hrách.

Program Dne hygieny rukou v Uherskohradištské nemocnici se uskuteční v čase od 9 do 11 hodin v přízemí centrálního objektu chirurgických oborů (budova C).

<https://www.nemuh.cz/doc/den-hygieny-rukou-podava-ruku-prevenci-a-osvete>