

## INSTRUKCJA

dotycząca środków ochrony osobistej (PPE, ang. Personal Protective Equipment)  
zalecanych dla personelu medycznego  
przy kontakcie z pacjentem z podejrzeniem lub rozpoznaniem zakażenia SARS-CoV-2\*

### I. Środki ochrony osobistej zalecane dla personelu medycznego przy kontakcie z pacjentem z podejrzeniem lub rozpoznaniem zakażenia SARS-CoV-2:

1. Ochrona dłoni: rękawiczki jednorazowe (optymalnie 2 pary zakładane jedna na drugą; wewnętrzne najlepiej z przedłużonym mankietem, zewnętrzne zmieniane wielokrotnie wedle potrzeby).



2. Ochrona ciała: fartuch jednorazowy (wodoodporny, z długimi rękawami, zakrywający kolana; np.: KC200 Isolation Gown firmy Kimberly-Clark® lub Comfort Gown firmy Kimberly-Clark®).



3. Ochrona dróg oddechowych: półmaska twarzowa (zakrywająca szczelnie nos, usta i podbródek typu FFP3 (ang. filtering face-piece) = N99 (w przypadku braku dostępności dopuszcza się stosowanie masek typu FFP2 = N95); półmaska twarzowa jak najlepiej dopasowana do kształtu twarzy, zdejmowana jako ostatnia. Maski chirurgiczne mogą być używane przez personel medyczny jedynie w przypadku niedostępności masek o wyższym stopniu ochrony i są zalecane dla pacjentów z podejrzeniem lub rozpoznaniem zakażenia SARS-CoV-2 ponieważ chronią głównie przed wydychanymi kroplami/cząstkami i nie wymagają testu dopasowania).



4. Ochrona oczu: gogle, okulary ochronne (z wentylatorami zapobiegającymi parowaniu; dopasowane do kształtu twarzy i kompatybilne z półmaską twarzową) lub przyłbica ochronna - jedyne elementy środków ochrony osobistej, które po dezynfekcji mogą być używane wielokrotnie.



5. Używanie szczególnych rodzajów obuwia, ochraniaczy na obuwie czy też dodatkowego fartucha nie jest wymagane.

## II. Sugerowane zakładanie (ang. donning) środków ochrony osobistej:

1. W pierwszej kolejności należy wykonać higienę rąk.
2. Następnie zakłada się fartuch ochronny, który powinien być zapięty na plecach przy pomocy osoby drugiej.
3. Następnie zakłada się półmaskę twarzową dopasowując do kształtu nosa metalowy/plastikowy klips. Gumki utrzymujące maskę powinny być odpowiednio napięte, nie powodując ucisku i nie powinny się krzyżować.
4. Następnie zakłada się gogle, okulary lub przyłbicę ochronną, które również należy odpowiednio dopasować.
5. Jako ostatnie zakłada się odpowiedniego rozmiaru rękawiczki ochronne (jedną, optymalnie 2 pary).

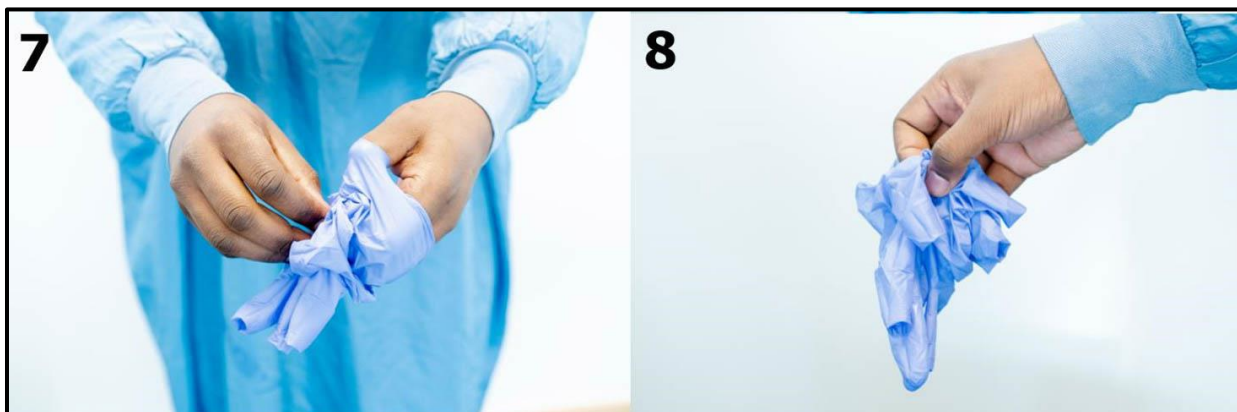
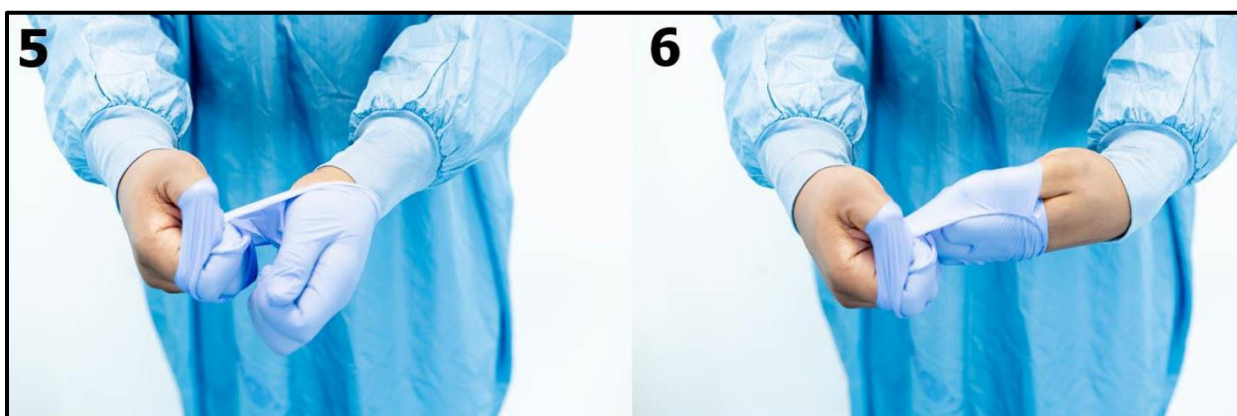
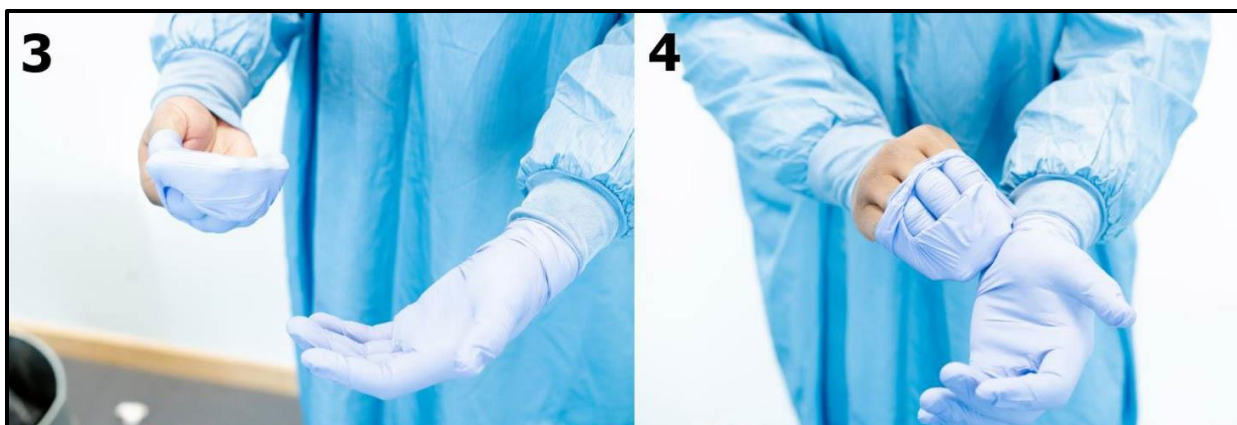
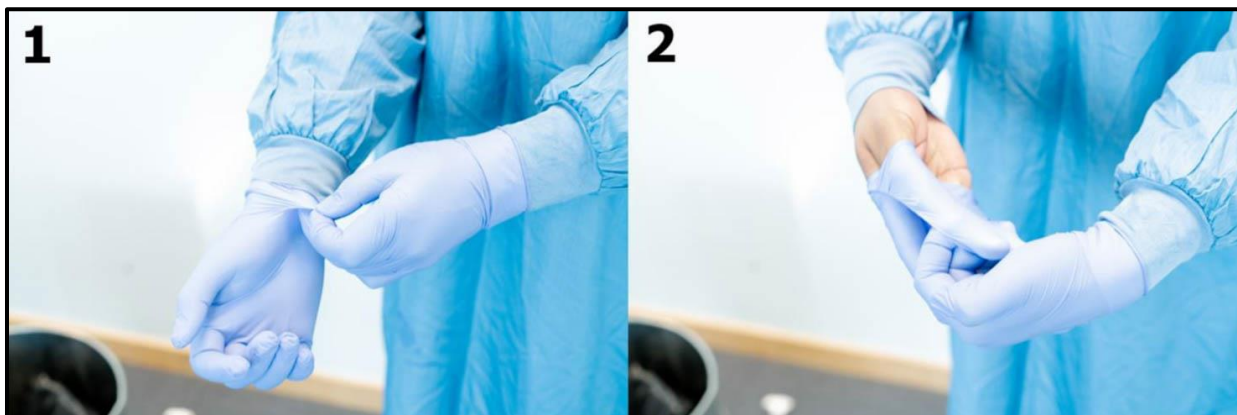
Pracownik medyczny kompletnie wyposażony w środki ochrony osobistej:



## III. Sugerowane zdejmowanie (ang. doffing) środków ochrony osobistej:

1. W pierwszej kolejności zdejmuje się rękawiczki ochronne. Zaleca się przed ich zdjęciem zastosować dodatkowo higienę rąk (na rękawiczki) przy pomocy środka dezynfekującego.

Bezpieczne zdejmowanie rękawic ochronnych:



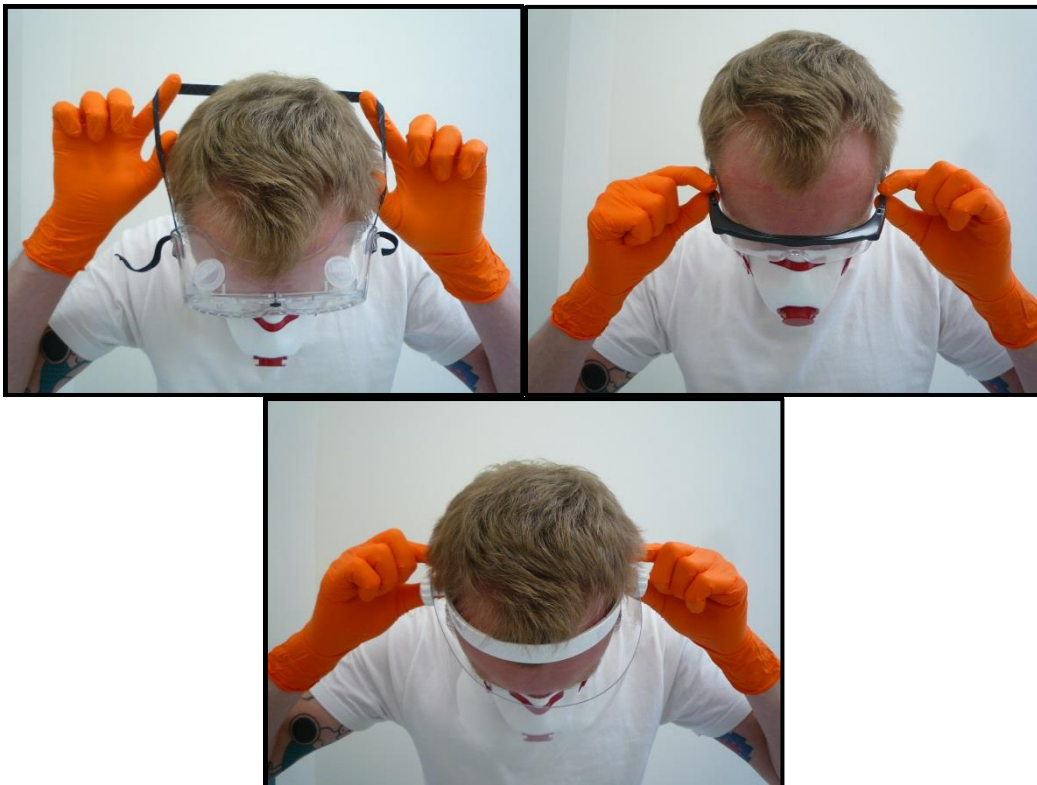


2. Po zdjęciu rękawiczek ochronnych należy zastosować ponownie higienę rąk (na gołe dłonie- w przypadku noszenia 1 pary rękawiczek i następnie założyć nową parę rękawiczek, lub na wewnętrzne rękawiczki- w przypadku noszenia 2 par rękawiczek).

3. Następnie zdejmuje się fartuch ochronny. Czynności można wykonać samodzielnie (w przypadku możliwości swobodnego zerwania zapięć tylnych fartucha) lub poprosić o pomoc osobę drugą (wówczas osoba druga powinna mieć na sobie rękawiczki ochronne i maskę chirurgiczną, które należy odpowiednio zdjąć bezpośrednio po udzieleniu pomocy, a następnie należy zastosować higienę rąk). Odpięty fartuch należy złapać obiema rękami z tyłu, na wysokości ramion, nie dotykając twarzy, pociągając go stopniowo w dół, z dala od ciała, utrzymując część zewnętrzną fartucha wewnątrz. Następnie należy zdjąć rękawy fartucha wywijając je na lewą stronę.



4. Następnie zdejmuje się gogle, okulary lub przyłbicę ochronną, unikając dotykania ich części przednich, które mogą być zanieczyszczone (zdjęcie obiema rękami, chwytając dwoma palcami (np.: kciuk i palec wskazujący) z boku lub z tyłu głowy). W przypadku noszenia przyłbicy ochronnej można zdjąć ją w pierwszej kolejności, przed zdjęciem fartucha ochronnego (o ile jej rozmiar utrudnia zdejmowanie innych elementów środków ochrony osobistej).



5. Następnie zdejmuje się półmaskę twarzową używając dwóch palców obu rąk (np.: kciuk i palec wskazujący), umieszczając palce z boku głowy (okolice uszu), od dołu, pod obiema gumkami na raz, odpowiednio rozciągając gumki i unikając dotykania samej półmaski.



6. Na końcu zdejmuje się rękawiczki ochronne. Zaleca się przed ich zdjęciem zastosowanie higieny rąk (na rękawiczki) przy pomocy środka dezynfekującego, a po ich zdjęciu higieny rąk przy pomocy ciepłej wody i mydła.

#### **IV. Informacje uzupełniające:**

1. Zaleca się aby personel medyczny mający kontakt z pacjentem z podejrzeniem lub rozpoznaniem zakażenia SARS-CoV-2 był zabezpieczony w odpowiednie środki ochrony osobistej.
2. Zaleca się aby wszyscy pracownicy podmiotów leczniczych znali zasady prawidłowej dezynfekcji i higieny rąk oraz bezpiecznego zdejmowania rękawic ochronnych.
2. Przed kontaktem z pacjentem skompletuj niezbędne środki ochrony osobistej, sprawdź ich jakość i sposoby przechowywania, sprawdź rozmiary poszczególnych elementów środków ochrony osobistej, ostrożnie otwieraj opakowania. Zdejmij wszelką biżuterię, miej krótko obcięte paznokcie, nie żuj gumy do żucia, mężczyźni nie powinni mieć zarostu na twarzy lub zarost powinien być krótko przystrzyżony. Kobiety nie powinny nosić makijażu i nie powinny zmywać go tuż przed kontaktem z pacjentem. W razie potrzeby spiąć włosy i/lub założyć czepek ochronny. Należy nosić tylko bieliznę i ubrania przewiewne, przylegające do ciała, najlepiej bawełniane.

\* przygotowano na podstawie wytycznych ECDC (<https://www.ecdc.europa.eu/en/publications-data/guidance-wearing-and-removing-personal-protective-equipment-healthcare-settings>); opracowanie na potrzeby epidemii COVID-19:

- dr n. med. Grażyna Cholewińska-Szymańska - konsultant wojewódzki w dziedzinie chorób zakaźnych dla województwa mazowieckiego
- dr n. med. Jacek Kowalski - kierownik zespołu medycznego ds. opieki nad pacjentami z chorobami szczególnie niebezpiecznymi i wysoce zakaźnymi - Wojewódzki Szpital Zakaźny w Warszawie