

Prevenção do Contágio

Aconselhamento ao visitante

Juntos podemos combater o contágio

As infecções no hospital podem ser introduzidas e propagadas pelos pacientes e visitantes. Este folheto explica como você pode ajudar os funcionários a reduzi-las e providenciar um ambiente limpo e seguro onde cuidar dos pacientes. Ao seguir os pontos deste folheto, você pode ajudar-nos a evitar que indivíduos vulneráveis contraiam uma infecção, e a prevenir a propagação de infecções. Se os pacientes contraírem uma infecção, ela pode causar mais dor e ansiedade. Isso poderia resultar em tratamentos adicionais e prolongar a sua permanência no hospital.

O quê que você pode fazer?

1. Certifique-se de que se encontra de boa saúde antes de fazer a visita
 - Se tiver tido diarreia e/ou vômitos, deve estar livre dos sintomas, pelo menos 48 horas antes de fazer a visita.
 - Se estiver constipado, com gripe, ou com uma infecção no peito, não faça a visita até os sintomas desaparecerem. Isso é **particularmente** importante se você for visitar a unidade de Oncologia, Hematologia, Transplantes ou de Cuidados Intensivos.
 - Se tiver alguma ferida aberta, deve cobri-la com um penso impermeável.

2. Teve contacto com pessoas infectadas?

Algumas infecções contagiosas, por exemplo a varicela, a zona e a papeira, podem constituir um problema para os pacientes, especialmente bebês, crianças e adultos com sistema imunitário vulnerável. Se tiver estado em contacto com uma pessoa infectada, é melhor não visitar outros pacientes. Se não tiver a certeza, por favor contacte os funcionários da enfermaria, ou a Equipa de Prevenção do Contágio (*Infection Control Team*) antes de efectuar a visita.

3. Higiene das mãos

A higiene das mãos é o modo mais eficaz de evitar a passagem de infecções de uma pessoa para outra. Na maior parte das vezes, o melhor modo de proteger os pacientes e a si próprio é usar o gel de álcool providenciado, ao entrar e sair da enfermaria, ou se ajudar a alimentar os pacientes. Porém, no caso de *Clostridium difficile*, se houver diarreia viral e vômitos na enfermaria, ou se você tiver lidado com fluidos corporais, nós pedir-lhe-íamos que lavasse as mãos. Certifique-se de que cobre todas as superfícies das suas mãos.

Esteja à vontade para lembrar os outros se parecer que eles se esqueceram.

Como lavar as mãos

Deve-se, primeiro, molhar as mãos e depois aplicar o sabão. Esfregue as mãos abundantemente, dando especial atenção às costas das mesmas, ir até à área dos pulsos, entre os dedos, unhas e polegares (estas áreas são normalmente esquecidas). Certifique-se de que seca as mãos completamente.

4. Pacientes em isolamento

Se um paciente estiver a receber cuidados **com precauções** num quarto ou compartimento individual, por favor confira com os funcionários antes de entrar. O objectivo disso é prevenir a transmissão da infecção do paciente para outros pacientes, funcionários e visitantes. Execute sempre a higiene das mãos ao sair.

Informação geral:

1

Para ajudar o pessoal da enfermaria a manter os padrões mais elevados de limpeza, traga apenas artigos essenciais e tente manter os pertences pessoais dos pacientes no armário designado.

2

Respeite o horário das visitas e o número de visitas permitido.

3

Por favor, não se sente nem deite nas camas dos pacientes; use as cadeiras providenciadas. Não utilize os lavabos dos pacientes.

4

Nunca toque em feridas dos pacientes, conta-gotas de soro, tubos, etc. Se o fizer acidentalmente, por favor lave as mãos imediatamente.

5

Se for visitar mais do que um paciente, execute a higiene das mãos entre as visitas. Deve visitar em primeiro lugar os pacientes não contagiosos.

6

Os alimentos não perecíveis podem ser trazidos para os pacientes. A outra comida deve ser preparada segundo os bons princípios de higiene. Deve ser armazenada correctamente em trânsito para o hospital e deve ser consumida imediatamente. Se isso não poder ser garantido, a Equipa de Prevenção do Contágio recomenda que a mesma não seja dada aos pacientes.

7

Por favor não entre nas cozinhas da enfermaria, a menos que lhe seja dada autorização pelos funcionários da mesma.

8

As crianças devem ser desencorajadas de gatinhar no chão e devem ser supervisionadas constantemente.

9

Confira o tipo de presentes que pode trazer. Algas enfermarias não permitem flores.

10

Fale com os funcionários da enfermaria tiver preocupações em relação à limpeza do ambiente

Informação adicional:

- *The Infection Control Team*: 01223 217497
- *Royal College of Nursing*: www.rcn.org.uk/resources/mrsa

Adaptado de:

Royal College of Nursing, Informação para Pacientes – MRSA e outras infecções relacionadas com cuidados de saúde. Abril 2005.



O Addenbrooke's é zona livre de tabagismo. Não é permitido fumar nas suas instalações. Para aconselhamento sobre deixar de fumar, contacte o seu Médico de Família, ou a linha gratuita de apoio do NHS, 0800 169 0 169.

Please ask if you require this information in other languages, large print or audio format: 01223 216032 or patient.information@addenbrookes.nhs.uk

Polish: Informacje te można otrzymać w innych językach, w wersji dużym drukiem lub audio. Zamówienia prosimy składać pod numerem: 01223 216032 lub wysyłając e-mail: patient.information@addenbrookes.nhs.uk

Português: Se precisar desta informação noutra idioma, impresso em letras grandes ou em formato áudio, por favor ligue 01223 216032 ou visite: patient.information@addenbrookes.nhs.uk

Russian: Если вам требуется эта информация на другом языке, крупным шрифтом или в аудиоформате, пожалуйста, обращайтесь по телефону 01223 216032 или на вебсайт patient.information@addenbrookes.nhs.uk

Cantonese: 若你需要此信息的其他語言版本、大字體版或音頻格式，請致電 01223 216032 或發郵件到: patient.information@addenbrookes.nhs.uk

Turkish: Bu bilgiyi diger dillerde veya büyük baskılı ya da sesli formatta isterseniz lütfen su numaradan kontak kurun: 01223 216032 veya asagıdaki adrese e-posta gönderin: patient.information@addenbrookes.nhs.uk

Bengali:

এই তথ্য বাংলায়, বড় অক্ষরে বা অডিও টেপে পেতে চাইলে দয়া করে 01223 216032 নম্বরে ফোন করুন বা patient.information@addenbrookes.nhs.uk ঠিকানায় ই-মেইল করুন।

História do Documento

Autores *Infection Control Team*
Departamento Addenbrooke's Hospital, Cambridge University
Hospitals NHS Foundation Trust, Hills Road,
Cambridge, CB2 0QQ www.addenbrookes.org.uk
Número para contacto 01223 217497
Publicado/Revisto em: Setembro 2007 / Setembro 2009
Nome do Ficheiro *Advice for visitors.doc*
Versão número / Ref. nº 4 / PIN 117