

# Prevenção do Contágio

## Aconselhamento aos pacientes

### Juntos podemos combater o contágio

As infecções em hospitais podem ser introduzidas e alastradas por pacientes e visitantes; este folheto explica como você pode ajudar os funcionários a reduzi-las e a providenciar um ambiente limpo e seguro onde cuidar dos pacientes. Quando é admitido no hospital, você deixa de estar nos seus ambientes familiares e passa a compartilhar uma enfermaria com outros pacientes. Você pode ser vulnerável a infecções por causa da sua doença, operação ou medicação no hospital, o qual, por causa do seu trabalho, o expõe a germes de outras pessoas. Seguindo os pontos neste folheto, você pode ajudar-nos a:

- evitar que indivíduos vulneráveis contraíam infecções,
- evitar a transmissão de infecções,
- evitar que você contraia uma infecção.

### O que acontece se eu contrair uma infecção?

Se a sua infecção assim o determinar, você pode ser mudado para um quarto adjacente ou isolado, mas não se preocupe. Este é um modo de o tratar mais eficazmente e proteger outros pacientes. A sua enfermeira explicará-lhe-á, e aos seus familiares, a razão por que o mudam e o que irá acontecer.

Por favor, faça perguntas acerca do seu estado e tratamento, de forma que fique a perceber o que tem que ser feito e como você pode respeitar o seu tratamento.

### Os meus visitantes podem contrair infecções?

Um folheto contendo informação para visitantes também está disponível; peça um à sua enfermeira ou assistente de enfermagem. Se os seus visitantes seguirem precauções básicas, eles ficarão largamente protegidos. Os visitantes podem proteger-se executando a higiene das mãos adequada. Na maioria das situações, o uso de álcool em gel conforme as seguintes instruções, é o suficiente. No entanto, é necessária a **lavagem** das mãos em caso de *Clostridium difficile*, ou durante um surto de diarreia viral e vômitos na enfermaria. O álcool em gel não é eficaz nessas circunstâncias. A higiene das mãos deve ser executada:

- antes de entrar na enfermaria
- após sair da enfermaria
- depois de ajudar a cuidar de si

**Se estiver preocupado ou inseguro sobre questões de prevenção do contágio, peça à sua enfermeira para explicar ou para falar com um elemento da Equipa da Prevenção do Contágio. Você pode ajudar-se a si próprio e os outros:**

- 1 Não tocando nas suas feridas ou em qualquer dispositivo colocado no seu braço, perna, bexiga ou outra cavidade de corpo, por exemplo, um conta-gotas de soro ou um cateter.
- 2 Não retirando o seu penso para mostrar a sua ferida a visitantes.
- 3 Lavando sempre as mãos depois de ir à casa-de-banho e antes de comer. Se precisar de ajuda para o fazer, peça à enfermeira ou à assistente de enfermagem que o ajudem.
- 4 Mantendo o espaço ao seu redor limpo e arrumado, de forma que o pessoal da limpeza possa ter acesso a todas as superfícies para limpar o pó facilmente. Os seus familiares ou visitantes podem ajudá-lo nisso.
- 5 Dizendo à sua enfermeira, enfermeira-chefe, ou a um responsável clínico, se você reparar em alguma sujidade ou pó na enfermaria.
- 6 Lembrando aos funcionários a higiene das mãos se eles se esquecerem; não receie ofendê-los. Alguns podem usar álcool de esfregar as mãos situado por perto; na maioria dos casos, isso limpa as mãos ao mesmo tempo que as lava.
- 7 Tomando duche tão frequentemente quanto puder, e vestir roupas limpas regularmente. Se precisar de ajuda paara o fazer, peça à enfermeira ou à assistente de enfermagem que o ajude.
- 8 Pedindo aos seus familiares ou visitantes para não o visitarem em grandes grupos.
- 9 Não partilhando artigos pessoais ou equipamento com outros pacientes, a não ser que os mesmos tenham sido limpos.
- 10 Pedindo aos seus visitantes para executarem a higiene das mãos, usando o álcool em gel, ou lavando as mãos completamente, antes e depois de entrarem na enfermaria, e para não se sentarem na sua cama ou usarem os lavabos dos pacientes.

**Informação Adicional:**

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

**Adaptado de:**

*Royal College of Nursing*, Informação para Pacientes – EARM e outras infeções associadas à prestação de cuidados de saúde – como é possível evitar a transmissão da infeção e manter-se saudável. 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](mailto: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](mailto:patient.information@addenbrookes.nhs.uk)

**Português:** Se precisar desta informação noutro idioma, impresso em letras grandes ou em formato áudio, por favor ligue 01223 216032, ou visite: [patient.information@addenbrookes.nhs.uk](mailto: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](mailto: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](mailto: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 asagidaki adrese e-posta gönderin: [patient.information@addenbrookes.nhs.uk](mailto:patient.information@addenbrookes.nhs.uk)

**Bengali:****História do Documento**

Autores	<i>Infection Control Team</i>
Departamento	Addenbrooke's Hospital, Cambridge University Hospitals NHS Foundation Trust, Hills Road, Cambridge, CB2 0QQ <a href="http://www.addenbrookes.org.uk">www.addenbrookes.org.uk</a>
Número a contactar:	01223 217497
Publicado/Revisto em:	Setembro 2007 / Setembro 2009
Nome do ficheiro	Advice for patients.doc
Versão / Ref. nº:	4 / PIN 741