

15 EKİM DÜNYA EL YIKAMA GÜNÜ BİLDİRİSİ

“Temiz Eller, Sağlıklı Bir Gelecek!”

2008 yılından bu yana her yıl 15 Ekim günü, el hijyeninin bireysel ve toplumsal sağlık açısından taşıdığı yaşamsal önemi vurgulamak amacıyla, Dünya El Yıkama Günü olarak kutlanmaktadır. Bu özel gün, hem toplum genelinde hem de sağlık kurumlarında el hijyeni farkındalığını artırmayı hedeflemektedir.

El yıkama, enfeksiyonların bulaşmasını önlemede en basit, en ekonomik ve en etkili yöntemdir. Günlük yaşamda eller; kapı kolları, toplu taşıma araçları, cep telefonları, bilgisayar klavyeleri ve paralar gibi pek çok yüzeyle temas eder. Bu temaslar sonucunda eller, hastalık etkeni mikroorganizmaları taşıyabilir. Bu nedenle el hijyeninin doğru şekilde ve doğru zamanda sağlanması, bulaşıcı hastalıkların önlenmesinde en kritik adımdır.

Toplumda El Yıkamanın Önemi

Sosyal el yıkama; kirli ya da kontamine yüzeylerle temas sonrası, ellerin su ve sabunla 40–60 saniye süreyle mekanik olarak temizlenmesidir. Bu uygulama, mikroorganizmaların kişiler ve yüzeyler arasında taşınmasını engeller.

Doğru şekilde yapılan sosyal el yıkama, **grip**, **ishal**, **COVID-19** ve benzeri birçok bulaşıcı hastalığın yayılımını önemli ölçüde azaltmaktadır.

Ellerin mutlaka yıkanması gereken başlıca durumlar:

- Yemek hazırlamadan önce ve sonra
- Tuvalet kullanımı sonrası
- Öksürme, hapşıрма veya burun silme sonrası
- Dışarıdan eve geldikten sonra
- Çocukların altı değiştirildikten sonra
- Hayvanlara temas sonrası



Sağlık Kurumlarında El Hijyeninin Önemi

Sağlık hizmeti ilişkili enfeksiyonlar, sağlık kurumlarında hasta güvenliğini tehdit eden en önemli sorunlardan biridir. Bu enfeksiyonların önlenmesinde **el hijyeni uygulamaları temel koruma yöntemidir**.

Hijyenik el yıkama, ellerin antiseptik sabunla 40–60 saniye yıkanması;

Hijyenik el ovalama ise, 3–5 ml alkol bazlı el antiseptiğinin 20–30 saniye süreyle eller tamamen kuruyana kadar ovalanması işlemidir.



Bu yöntemler, mikroorganizmaların hasta-hasta, personel-hasta veya çevre-hasta arasında taşınmasını önleyerek sağlık hizmeti ilişkili enfeksiyonların görülme sıklığını yaklaşık %50 oranında azaltmaktadır.

Dünya Sağlık Örgütü'ne göre sağlık kurumlarında el hijyeni uygulanması gereken beş temel durum:

1. Hastayla temastan önce
2. Aseptik işlemlerden önce
3. Vücut sıvılarına maruziyet riskinden sonra
4. Hastayla temastan sonra
5. Hasta çevresiyle temastan sonra

Sonuç ve Çağrı

El hijyeni, yalnızca bir kişisel temizlik alışkanlığı değil, toplum sağlığını koruyan bir davranıştır.

Türk Hastane Enfeksiyonları ve Kontrolü Derneği olarak, 15 Ekim Dünya El Yıkama Günü vesilesiyle tüm toplumumuzu ve sağlık çalışanlarını “Temiz Eller, Sağlıklı Bir Gelecek!” anlayışıyla el hijyeni-ne özen göstermeye davet ediyoruz.