



Igiene delle mani

Il lavaggio delle mani costituisce una delle pratiche igieniche più importanti ed efficaci per prevenire la maggior parte delle infezioni sostenute da microrganismi batterici, virali e micotici. I più autorevoli organismi sanitari internazionali, quali l'Organizzazione Mondiale della Sanità e il Centro di Controllo delle Malattie degli Stati Uniti, e nazionali, come il Ministero della Salute, hanno prodotto a questo riguardo documentazioni molto approfondite sostenendo che, nell'eliminazione dei microrganismi, l'efficacia di una corretta igiene delle mani sia seconda solo alla sterilizzazione. Raccomandano quindi che, in tutti gli ambienti, domestico e di lavoro, nei locali pubblici, in quelli medico-sanitari e nelle comuni relazioni sociali, si tenga adeguato conto delle possibili implicazioni per la salute derivanti da una mancata applicazione dei corretti metodi di lavaggio e pulizia. Sulla superficie delle mani è presente una abbondante flora microbica che in molti casi è costituita anche da agenti patogeni. Le mani sporche possono contaminare qualsiasi tipo di superficie pulita, facendo aumentare la carica microbica presente, fino a sette volte il livello iniziale. Particolare attenzione va posta agli ambienti domestici ed ad alcuni ambienti di lavoro (ad esempio quelli in cui avviene la lavorazione e manipolazione degli alimenti): in tali ambienti i microbi presenti nelle mani possono contaminare e riprodursi in grande quantità in pochissimo tempo. Negli ospedali e nelle residenze assistenziali sanitarie l'igiene delle mani costituisce la più importante misura preventiva per evitare che i pazienti acquisiscano infezioni che si aggiungono alle loro patologie. Mani contaminate possono trasmettere le più svariate infezioni da contatto tra cui vanno ricordate le salmonellosi, le epatiti virali enteriche, i norovirus responsabili delle diarree infantili, le stafilococchie, le micosi, ecc. Le sostanze più

comunemente consigliate per l'igiene delle mani sono le soluzioni saponose (per l'igiene quotidiana), le soluzioni saponose con antibatterici (per un'igiene ancora più efficace, sicura e profonda) e la soluzione idroalcolica (considerata la più efficace ed utilizzata soprattutto in ambito ospedaliero).

È importante infine suggerire una regolare pulizia e cura delle estremità delle mani (unghie) che costituiscono un sicuro ricettacolo di germi e batteri; è consigliabile mantenere la loro lunghezza non superiore ai 6 mm.