



---

## 5 MAJA - ŚWIATOWY DZIEŃ HIGIENY RĄK



### Tags

[Aktualności](#)

Szanowni Państwo,

Zespół ds. Zakażeń Szpitalnych przypomina ,że dnia 5 maja przypada światowy dzień higieny rąk.

### 5 MAJA - ŚWIATOWY DZIEŃ HIGIENY RĄK

Inicjatywa World Health Organization (WHO), obchodzona co roku od 2009 r. Celem jest ograniczenie zakażeń związanych z opieką zdrowotną i przypomnienie, że higiena rąk ratuje życie.

#### DLACZEGO TO WAŻNE?

- ✓ Brudne ręce są najczęstszą drogą przenoszenia zakażeń
- ✓ Prawidłowa higiena rąk zmniejsza ryzyko infekcji nawet o 50%
- ✓ To najprostsza i najskuteczniejsza metoda ochrony pacjenta

#### 5 MOMENTÓW HIGIENY RĄK

1. Przed kontaktem z pacjentem
2. Przed czystą/aseptyczną procedurą
3. Po kontakcie z płynami ustrojowymi
4. Po kontakcie z pacjentem
5. Po kontakcie z otoczeniem pacjenta

#### PAMIĘTAJ

- „Czyste ręce ratują życie”
- Dezynfekuj ręce zgodnie z procedurą
- Dbaj o bezpieczeństwo pacjenta i swoje

#### DLACZEGO 5 MAJA?

Data symbolizuje:

- 5 palców jednej ręki
- 5 palców drugiej ręki

**Twoje ręce mają znaczenie. Każdego dnia.**

# 5 MAJA ŚWIATOWY DZIEŃ HIGIENY RĄK

Czyste ręce ratują życie! ♥

HIGIENA RĄK TO NAJPROSTSZY SPOSÓB  
ZAPOBIEGANIA ZAKAŻENIOM

Twoje ręce  
mają znaczenie.  
Każdego dnia.

## 5 MOMENTÓW HIGIENY RĄK



**1**  
PRZED KONTAKTEM  
z pacjentem



**2**  
PRZED CZYSTĄ /  
ASEPTYCZNĄ  
PROCEDURĄ



**3**  
PO KONTAKCIE  
z płynami  
ustrojowymi



**4**  
PO KONTAKCIE  
z pacjentem



**5**  
PO KONTAKCIE  
z otoczeniem  
pacjenta



### DLACZEGO TO TAK WAŻNE?

- ✓ Brudne ręce są najczęstszą drogą przenoszenia zakażeń
- ✓ Prawidłowa higiena rąk zmniejsza ryzyko infekcji nawet o 50%
- ✓ Chronisz pacjentów, współpracowników i siebie
- ✓ To najskuteczniejsza i najtańsza metoda zapobiegania zakażeniom



### JAK PRAWIDŁOWO DEZYNFEKOWAĆ RĘCE?

- 1 Nanieś odpowiednią ilość preparatu na dłoń (ok. 3–5 ml).
- 2 Pocieraż dłoń zgodnie z techniką przez 30–60 sekund.
- 3 Pamiętaj o wszystkich powierzchniach dłoni i palców.
- 4 Pozwól ręką wyschnąć.



### HISTORIA TEGO DNIA

Światowy Dzień Higieny Rąk został ustanowiony przez Światową Organizację Zdrowia (WHO) w 2009 roku w ramach globalnej kampanii „SAVE LIVES: Clean Your Hands”. Obchodzony jest każdego roku 5 maja – data symbolizuje 5 palców jednej ręki i 5 palców drugiej ręki.

Celem jest zwiększenie świadomości na temat znaczenia higieny rąk w opiece zdrowotnej na całym świecie.



### PAMIĘTAJ!

- Dezynfekuj ręce zgodnie z procedurą
- Używaj odpowiednich preparatów
- Dbaj o skórę rąk – stosuj kremy ochronne
- Bądź wzorem – edukuj pacjentów i współpracowników

Dziękujemy, że dbasz o bezpieczeństwo pacjentów każdego dnia! ♥



BEZPIECZNY PACJENT – NASZA WSPÓLNA ODPOWIEDZIALNOŚĆ

Ostatnia aktualizacja  
05/05/2026  
Data opublikowania  
05/05/2026  
Author  
kchrabaszcz

---

**Source URL:** <https://5wszk.com.pl/aktualnosc/3894-5-maja-swiatowy-dzien-higieny-rak>