

## INSTRUKCJA BEZPIECZNEGO UŻYTKOWANIA ŚRODKÓW OCHRONY INDYWIDUALNEJ CHRONIĄCYCH PRZED CZYNNIKAMI BIOLOGICZNYMI (maski/rękawice) oraz HIGIENY RĄK

### I. Kolejność zakładania środków ochrony indywidualnej.

1. Maska wielorazowa lub jednorazowa:

- a) Zwiąż tasiemki lub umieść gumki na potylicy i szyi lub na uszach;
- b) Dopasuj elastyczny pasek do grzbietu nosa;
- c) Maskę powinna przylegać do twarzy i pod brodą;



2. Dopiero po założeniu maski załóż rękawice jednorazowe.

### II. Zasady pracy w masce.

1. Podczas używania unikaj dotykania maski.
2. Wymień maskę na nową, gdy tylko poczujesz, że stała się wilgotna.
3. Po każdym dotknięciu zużytej maski, umyj lub zdezynfekuj ręce.
4. Nie używaj ponownie masek jednorazowego użytku.
5. Pierz regularnie maski wielorazowe w temperaturze minimum 60 st. C.

### III. Kolejność zdejmowania środków ochrony indywidualnej.

1. Rękawice – **UWAGA!! Zewnętrzna powierzchnia rękawic jest skażona!**

- a) Ręką w rękawicy chwyć drugą rękawicę od zewnątrz i ściągnij ją, wywracając na drugą stronę;
- b) Zdejta rękawica pozostaje w drugiej ręce (ubranej w rękawicę);

- c) Zdejmij drugą rękawicę, wsuwając pod nią palec na wysokości nadgarstka i ściągnij tak, aby wywrócić ją na drugą stronę i naciągnąć na pierwszą rękawicę;
- d) Wrzuć rękawice do kosza na śmieci przeznaczonego na odpady skażone ;



1/ Chwyć rękawicę dłonią w okolicy nadgarstka. Ostrożnie zdejmij rękawicę.



2/ Przytrzymaj rękawicę dłonią w rękawicy. Wsuń 2 palce pod nadgarstek dłoni w rękawicy.



3/ Pociągnij rękawicę do czasu aż zostanie przewrócona na lewą stronę. Pierwsza rękawica powinna znaleźć się wewnątrz rękawicy, którą właśnie zdjąłeś. Bezpiecznie zutylizuj rękawicę.



4/ Po zdjęciu rękawic zawsze umyj ręce. Rękawice mogą mieć dziury, które są zbyt małe by je zauważyć.

- 2. Maska – **UWAGA!! zewnętrzna powierzchnia maski jest skażona !**
  - a) Chwyć najpierw za dolne, a potem górne tasiemki lub gumki i zdejmij maskę;
  - b) Wrzuć do odpowiedniego pojemnika;

c) Umyj ręce.

#### **IV. Utylizacja środków ochrony indywidualnej chroniących przed czynnikami biologicznymi.**

Zużyte środki ochrony indywidualnej zaleca się wyrzucać do jednego wyznaczonego kosza z pokrywką.

#### **V. Higiena rąk.**

1. Zaleca się mycie rąk ciepłą wodą z mydłem lub dezynfekcję skóry rąk środkiem na bazie alkoholu.
2. W przypadku zanieczyszczenia skóry rąk materiałem biologicznym w sposób widoczny ręce należy umyć ciepłą wodą z mydłem (sama dezynfekcja środkiem odkażającym nie jest w takim przypadku zalecana).
3. Powinno się dokonywać dekontaminacji rąk (proces polegający na usunięciu i dezaktywacji substancji szkodliwej), po kontakcie z materiałem biologicznym, przed włożeniem i po zdjęciu środków ochrony indywidualnej, po dotykaniu skażonej (lub podejrzewanej o skażenie) powierzchni.
4. Dekontaminację należy przeprowadzić zgodnie ze standardową procedurą umożliwiającą oczyszczenie całej powierzchni rąk. W razie braku kranów bezdotykowych należy po umyciu rąk zakręcić kran poprzez jednorazowy ręcznik.