

6 Langkah Cuci Tangan

1. Gosokkan kedua TELAPAK TANGAN secara memutar.
2. GOSOKKAN telapak tangan kanan diatas PUNGGUNG TANGAN kiri dengan jari - jari saling menyilang secara maju mundur dan sebaliknya.
3. Dengan kedua telapak tangan saling berhadapan dan jari - jari saling menyilang gosok SELA - SELA PANGKAL JARI dari dalam ke arah luar.
4. Kedua telapak tangan saling menggenggam dengan jari - jari saling mengunci, telapak tangan dan PUNGGUNG JARI saling menggosok.
5. Dengan ibu jari dan telapak tangan kanan menggenggam ibu jari tangan kiri, gosok SELA IBU JARI DAN TELUNJUK kiri secara memutar, dan sebaliknya
6. Gosokkan secara memutar, UJUNG UJUNG JARI tangan kanan ditelapak tangan kiri dan sebaliknya..



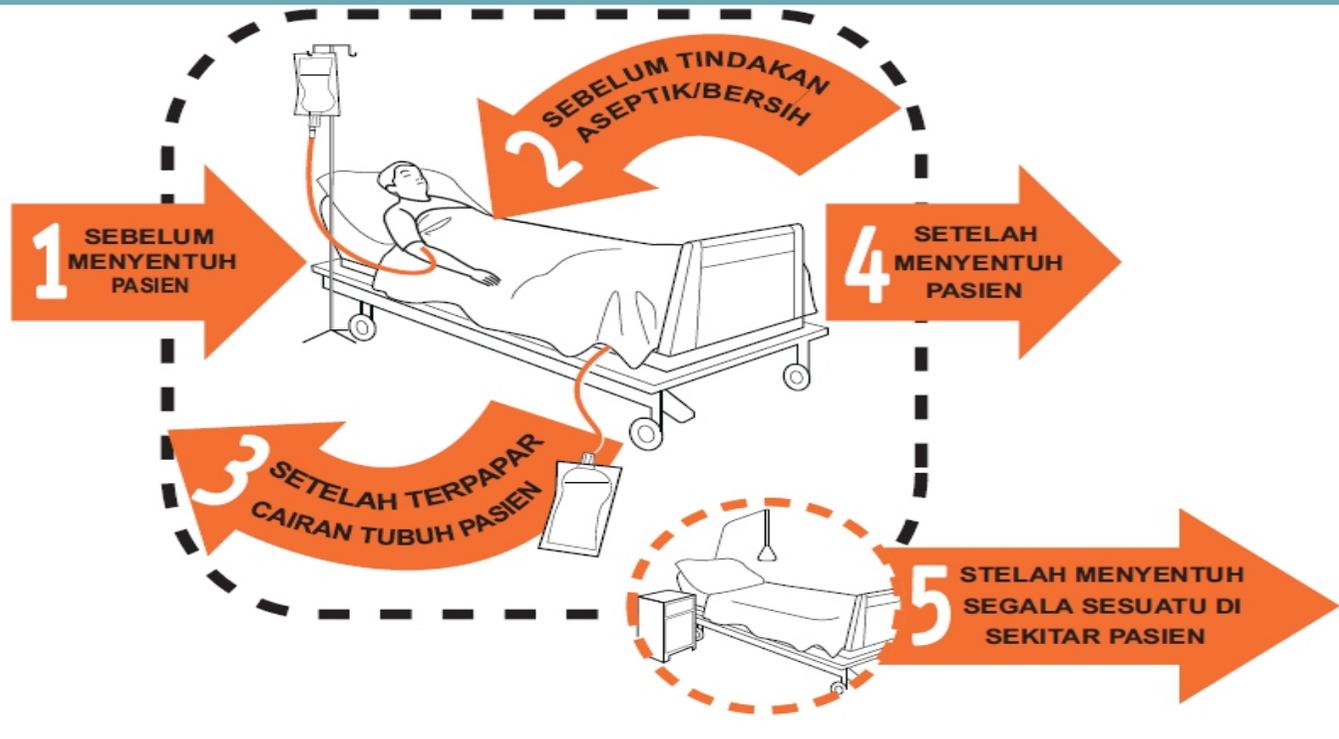
Promosi Kesehatan RUMAH SAKIT UNIVERSITAS ANDALAS

Pentingnya
Cuci Tangan



Bekerja dengan amal, ilmu, dan spritual
demi kemaslahatan pasien

5 Momen Cuci Tangan



Mencuci tangan atau hygiene tangan menggunakan handcrub sangat sederhana, tidak memakan waktu yang banyak namun bisa membantu mencegah infeksi yang berbahaya jika dilakukan dengan tepat. Bayangkan, jangan sampai kita menemui pasien, malah memberikannya lebih banyak penyakit atau meninggalkan pasien membawa kuman penyakit yang bisa dibawa hingga pulang ke rumah dan menularkannya pada keluarga dirumah. Mencuci tangan dapat dilakukan dengan menggunakan sabun maupun menggunakan cairan antiseptik yang disebut juga dengan "handrub".

Mencuci tangan adalah metode yang paling penting dan efektif untuk menjaga infeksi yang manfaatnya :

- Dapat menjaga kesehatan
- Dapat mencegah infeksi
- Dapat memutus tranmisi mikroorganisme

Hand Hygiene juga dilakukan apabila kita :

- Setiap orang yang kontak langsung dengan pasien seperti perawat, dokter dan petugas kesehatan lainnya.
- Setiap orang yang ada kontak dengan pasien meskipun tidak langsung seperti gizi, farmasi dan petugas teknik.
- Setiap orang yang bekerja di rumah sakit.
- Keluarga pasien, pengunjung yang ada di rumah sakit.



Mencuci tangan menggunakan handrub ini dapat dilakukan selama 20-30 detik, dimana masing - masing langkah dilakukan berulang sebanyak 4 (empat) kali gerakan Sedangkan dengan menggunakan handwash . Mencuci tangan sering kali kita anggap sebagai tindakan yang sepele, namun merupakan hal yang sangat penting dalam menjaga hygiene tangan maupun kulit serta salah satu upaya fektif dalam mencegah HAIs (Helathcare Associated Infections)