

## Jak správně používat rukavice?

**Jedním ze způsobů šíření COVID 19 je jejich přenos prostřednictvím rukou. Zdánlivě jasným opatřením před nakažením by proto mohlo být použití rukavic. Při jejich nesprávném používání a nedodržování hygieny nás ale neochrání rukavice vůbec.**

Ačkoliv může ochrana rukou pomocí rukavic působit jako vhodné obecně platné opatření proti nakažení novým koronavirem, naše pokožka je ochranou více než dostatečnou a sama o sobě infekci “nepropustí”. K přenosu infekce dochází až v okamžiku, kdy **kontaminovanými prsty vneseme vir přímo do nechráněných očí, nosu či úst. Ani v rukavicích se proto nesmíme dotýkat obličeje.** Smysl jejich použití by tím zcela vymizel.

**Zároveň nemá smysl rukavice využívat při všech aktivitách.** Jednorázové rukavice je vhodné využít především při přípravě pokrmů a manipulaci s potravinami či léčivy. Mohou nám také posloužit jako doplňková ochrana při ošetřování nemocných. Nutné je ale i tak dbát několika klíčových pravidel.

## Jaké rukavice použít?

Vhodné jednorázové rukavice jsou na bázi latexu či nitrilu, které jsou běžně používány během vyšetření u lékaře či při přípravě jídla. Ty dobře přilnou k ruce a jejich povrch umožňuje snadnou dezinfekci. Zcela nouzovým řešením mohou být i rukavice ze svařené mikroténové folie, které často naleznete u pultů s nebaleným pečivem. Jejich životnost a mechanická odolnost je však velmi omezená.

Vhodnou alternativou pro těžší práci mohou být i gumové rukavice určené pro mytí podlah či pro manipulaci s agresivními chemickými látkami. Ty navíc oproti jednorázovým rukavicím lépe snášejí i práci s dezinfekčními přípravky, jako je například SAVO.

Zcela se vyvarujte rukavicím látkovým, koženým či vlněným. Představují dokonce vyšší riziko než samotné holé ruce.

Pokud potřebujete pracovat s potenciálně kontaminovaným předmětem, můžete místo rukavic také využít jednorázový papírový ubrousek, který lze ihned po použití vyhodit.

## Dezinfekce je základ

Před samotným nasazením rukavic je dobré si ruce nejdříve umýt mýdlem a nechat oschnout. Nejsou-li rukavice sterilně zabalené, je třeba je ihned po nasazení a poté v pravidelných intervalech ošetřovat dezinfekčním přípravkem. Pouze tak můžeme zajistit, že jejich prostřednictvím nebudeme šířit infekci. V případě nutnosti lze improvizovaně použít i alkoholické nápoje obsahující více než 60 % lihu, nebo 3% peroxid vodíku.

## Rukavice mají omezenou životnost

Jednorázové rukavice jsou navrženy na krátkodobé použití. Při delším nošení, zvláště pak ve spojení s opakovanou dezinfekcí postupně dochází ke vzniku trhlin či dokonce k jejich roztržení. Rukavice je proto třeba v pravidelných intervalech měnit.

Pevnost materiálu je ovšem vhodné pravidelně kontrolovat i u rukavic gumových. I ty užíváním postupně ztrácí svou odolnost a pružnost.

Pozor si dejte i na manipulaci s tekutinami. Je třeba zabránit tomu, aby vám voda zatekla pod rukavice. Pokud se tak stane, rukavice je nutné ihned vyměnit a ruce si omýt například mýdlem.

## Sundávání a likvidace rukavic

Použité rukavice jsou infekčním materiálem, a při manipulaci s nimi je proto třeba dodržovat podobná hygienická opatření jako při práci s rouškami. Rukavice sundáváme tak, abychom se nedotýkali jejich povrchu, a vyhazujeme je do vyhrazeného odpadu.

Správný postup je uveden na obrázku. Ihned poté si dezinfikujeme ruce mýdlem a nové rukavice si navlékneme teprve tehdy, až nám ruce uschnou.

