

# Порядок мытья рук



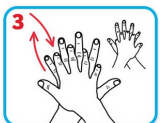
Смочите руки водой.



Нанесите на ладони достаточно мыла.



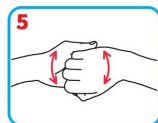
Потрите ладони друг о друга.



Промойте между пальцами.



Скрестите пальцы и потрите ладони друг о друга.



Потрите пальцы с тыльной стороны о ладонь другой руки.



Вращательными движениями промойте большие пальцы рук.



Круговыми движениями потрите ладони подушечками пальцев.



Сполосните руки водой.



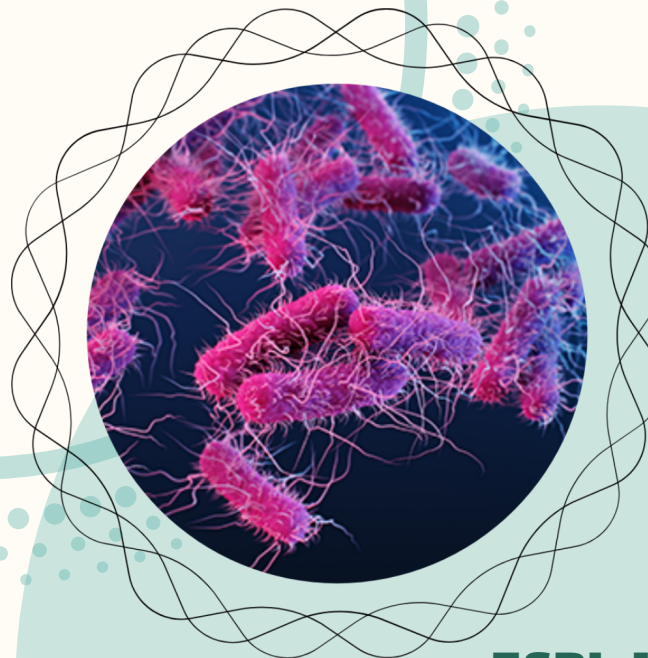
Тщательно высушите одноразовым полотенцем.



Используйте полотенце, чтобы закрыть кран.



Готово: ваши руки чистые.



Инфолист для  
пациентов

**ESBL ИЛИ БАКТЕРИИ,  
ПРОДУЦИРУЮЩИЕ  
БЕТА-ЛАКТАМАЗУ  
РАСШИРЕННОГО  
СПЕКТРА**

Источник:  
Lääne-Tallinna Keskhaigla

Составитель: SA Narva Haigla  
Алиса-Евгения Вееремяэ  
Infektsioonikontrolli kabineti öde

Утверждено правлением  
SANarvaHaigla  
01.04.2022

Tel. +372 35 71800  
haigla@narvahaigla.ee  
www.narvahaigla.ee  
SA Narva Haigla  
Haigla 7, 20104, Narva

## Что это?

Бактерии, продуцирующие ESBL или бета-лактамазы широкого спектра действия, представляют собой различные типы энтеробактерий, вызывающих инфекции как в медицинских учреждениях, так и в обществе. Энтеробактерии живут в кишечнике. Антибиотики, такие как цефалоспорины и пенициллины, часто используются для лечения бактериальных инфекций. В случае инфекций, связанных с ESBL, эти антибиотики могут стать бесполезными. ESBL чаще всего встречается у людей, которые получали длительное лечение антибиотиками, находились в больнице или за границей.

Инфекция ESBL распространяется через руки. Бактерии, продуцирующие ESBL, могут вызывать инфекции в разных местах. Может возникнуть пневмония или диарея. Симптомы инфекции ESBL зависят от типа бактериальной инфекции, вызвавшей ESBL:

- Если у вас воспаление мочевыводящих путей, у вас может быть более частое мочеиспускание, и вы можете чувствовать жжение при мочеиспускании.
- Если у вас кожная инфекция ESBL, вы можете заметить покраснение кожи вокруг очага инфекции, а из язвы/раны может выделяться жидкость.
- Если у вас кишечная инфекция, вы можете испытывать следующие симптомы: лихорадка, потеря аппетита, кровь в стуле, спазмы в животе, диарея, метеоризм или вздутие живота.

Если инфекция, связанная с ESBL, попала в кровоток, у вас могут появиться один или несколько из следующих симптомов: спутанность сознания, лихорадка, озноб, тошнота, рвота, затрудненное дыхание. При появлении симптомов обратитесь к семейному врачу.

## Нужны ли мне антибиотики для лечения инфекции?

В случае носительства ESBL антибиотики не всегда необходимы. Необходимо ли вам конкретное лечение антибиотиками, решит ваш врач.

## Должен ли я быть в дальнейшем изолирован дома?

Не должны. Вы можете жить своей обычной жизнью после выписки из больницы, но тщательная гигиена рук является одним из наиболее важных методов, которые вы можете использовать, чтобы предотвратить заболевание и уменьшить распространение бактерий, вызывающих инфекции. Бактерии, продуцирующие ESBL, живут в пищеварительном тракте, поэтому особенно важно тщательно мыть руки после туалета и перед едой или приготовлением пищи.

## Всегда ли воздействие бактерий, продуцирующих ESBL, вызывает инфекции?

Большинство бактерий, которые производят ESBL, являются безвредными обитателями кишечника. Воздействие этих бактерий обычно не вызывает инфекций, но некоторые бактерии могут, особенно в группах риска, таких как беременные женщины, младенцы, женщины, пожилые люди и люди с ослабленным иммунитетом. Инфекция может быть более тяжелой в этом случае, поэтому вам нужно оставаться в больнице в течение более длительного периода времени.

## Как я могу предотвратить заражение других?

Здоровые люди имеют очень низкий риск заражения. Однако не забывайте тщательно мыть руки, особенно после посещения туалета, перед приготовлением пищи или едой. Человек, который помогает вам ухаживать за собой дома, должен быть здоров и после ухода тщательно мыть руки или использовать антисептик. Других мер предосторожности нет.

## Могу ли я обнять своих близких? Могу ли я делить кровать с моим супругом?

Да, можно. Распространение обычно происходит при прямом контакте с инфицированными жидкостями организма (кровью, выделениями из раны, мочой, фекалиями или мокротой). Обычный контакт, такой как прикосновение или объятие, не приводит к распространению инфекции ESBL. Инфекция также не мешает вам вести половую жизнь.

## Мой питомец находится под угрозой?

Да, ваш питомец может заразиться и передать инфекцию другим людям. Мойте руки перед контактом с домашним животным, чтобы предотвратить распространение инфекции.

## Можно ли излечиться от ESBL?

Иногда инфекция ESBL проходит сама по себе. У тяжелобольных пациентов бактерии, продуцирующие ESBL, могут сохраняться в течение месяцев или даже лет. Антибиотики могут облегчить симптомы, но могут не устранить бактерии из организма, особенно если они присутствуют в кишечнике.

## Как мне стирать одежду/постельное белье/полотенца, если у меня инфекция?

Стирайте одежду, используя обычный цикл стирки. Если ваша одежда сильно загрязнена биологическими жидкостями, такими как фекалии или моча, сначала замочите ее, а затем постирайте отдельно от другой одежды с моющим средством.

## Мешает ли инфекция моей нормальной жизни?

Вы можете вернуться к нормальной жизни, как только симптомы вашей инфекции исчезнут и ваше состояние позволит.

## Должен ли я соблюдать особую диету дома?

Нет необходимости, но важно сбалансированное питание. Если вы лечились антибиотиками, важно придерживаться сбалансированной и разнообразной диеты, чтобы восстановить бактерии в кишечнике.

## Нужно ли мне сообщать своим близким о инфекции?

При необходимости вы можете сообщить своим близким о своей инфекции, если у вас все еще есть симптомы, чтобы они могли снизить риск распространения инфекции. В больничных условиях требуется изоляция. После выхода из больницы риск распространения инфекции намного ниже, и вы можете жить своей обычной жизнью.

## Могу ли я жить в доме престарелых?

Да, вы можете. Вы можете оставаться в общественных местах с другими жителями. Необходимо соблюдать правила гигиены рук.

## Если у вас есть какие-либо вопросы или жалобы, обратитесь к врачу.