

INFORMACIÓN DE INTERÉS PARA PACIENTES Y FAMILIARES DURANTE EL INGRESO EN EL HOSPITAL VIRGEN DE LA POVEDA

En éste Hospital creemos que el paciente y su entorno debe ser una parte activa en el proceso de hospitalización, por ello le entregamos esta información que esperamos sea de su interés.

Si tiene alguna duda o necesita más información pregunte a los profesionales sanitarios, le ayudarán.

La información que tiene en sus manos quiere hacerle saber:

- **Qué son las Enterobacterias productoras de Carbapenemasas (EPC)**
- **Qué importancia tiene la higiene de manos**
- **Qué es el dolor, su descripción y valoración idónea para la elección del tratamiento adecuado**

¿Qué son las enterobacterias productoras de carbapenemasas?

Las enterobacterias productoras de carbapenemasas (también llamadas EPC) son un tipo de gérmenes (bacterias) muy resistentes a los antibióticos, incluyendo los llamados carbapenems. La mayoría de estas bacterias viven en el intestino de las personas y de los animales sin causar ningún daño, ayudan a digerir los alimentos. Sin embargo, pueden producir infecciones si alcanzan la corriente sanguínea o la vejiga urinaria.

¿Por qué es importante evitar la resistencia a los carbapenems?

Los carbapenems son unos potentes antibióticos que solo se pueden administrar en el hospital por vía intravenosa. Hasta ahora, han sido los antibióticos con los que siempre se podía contar cuando otros fallaban.

¿Qué significa ser portador o estar colonizado por estas enterobacterias?

Significa que estas bacterias están presentes en el intestino sin causar enfermedad, por lo que no necesita ningún tratamiento. Pero, dado que pueden causar una infección, y si esto ocurre es muy difícil de tratar, es importante prevenir su diseminación.

¿Cómo se sabe si se es portador de enterobacterias productoras de carbapenemasas?

Mediante una prueba muy simple que consiste en tomar una muestra del recto.

Con el propósito de identificar desde el principio a las personas portadoras de estas enterobacterias, y garantizar así que no contaminen al resto de pacientes, se realiza la prueba a todos los enfermos que ingresan en el Hospital.

Disponemos de un sistema de cribado que permite obtener el resultado a lo largo del día. Usted ingresará provisionalmente en un lugar de transición, desde éste será usted ubicado en su habitación definitiva ya con las medias de prevención oportunas si fueran necesarias.

¿Qué medidas pueden prevenir la diseminación de las enterobacterias productoras de carbapenemasas?

Si es posible se le situará en una habitación individual con baño. Debe evitar tocar los dispositivos invasivos, si los tiene, como sonda urinaria o

Procure no dejar objetos personales (fotografías, gafas...) sobre las superficies libres como las mesillas de noche. Esto facilitará una limpieza adecuada de las mismas.

Los trabajadores sanitarios deberán usar guantes y bata cuando le realicen los cuidados que usted necesita, pero la medida más importante es el lavado de manos, que ha de realizarse con frecuencia.

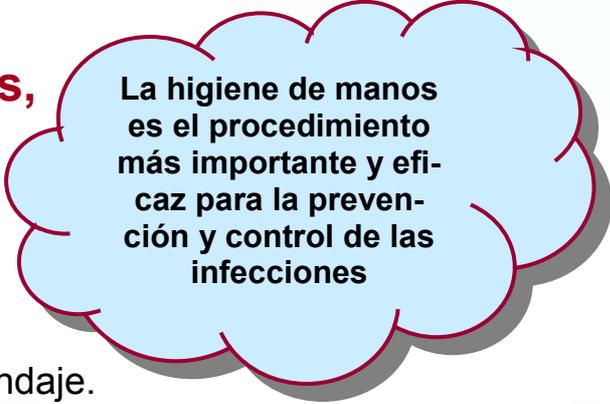
A continuación le explicamos cuándo, cómo y por qué ha de realizar una correcta higiene de manos.

HIGIENE DE MANOS

Mantener las manos limpias es la mejor manera de evitar contraer o propagar los microbios que producen infecciones, estos microbios abundan por todas partes, normalmente sin repercusión sobre nuestra salud, sin embargo en ciertas circunstancias contraemos infección por microbios perjudiciales. Por este motivo debemos realizar la higiene de manos correctamente, tanto los profesionales sanitarios, como los pacientes, familiares y amigos. Ésta se puede realizar, con agua y con jabón o con soluciones alcohólicas.

Cuando deben limpiarse las manos, LOS PACIENTES:

- Antes y después de comer
- Después de ir al baño.
- Después de toser o estornudar.
- Después de usar un pañuelo.
- Después de tocar o cambiar un apósito o vendaje.
- Después de tocar cualquier objeto o superficie que podría estar contaminado.
- Siempre que exista suciedad evidente



La higiene de manos es el procedimiento más importante y eficaz para la prevención y control de las infecciones

Cuando deben limpiarse las manos, LOS FAMILIARES Y AMIGOS:

- Antes de entrar y después de salir de la habitación del paciente.
- Tan pronto como se quite los guantes u otra ropa protectora.
- Después de cambiar un apósito o vendaje.
- Después de cualquier contacto con sangre u otros líquidos corporales.
- Después de tocar o cambiar la ropa de cama o las toallas del paciente.
- Siempre que exista suciedad evidente

Consejos para lavarse las manos correctamente:

- Use agua tibia y mucho jabón; frótese las manos hasta formar abundante espuma.
- Lávese las manos por los menos durante 15 segundos, lo ideal son 30 segundos para protegerse.
- Enjuáguese las manos, dejando que el agua le corra de los dedos hacia abajo.
- Séquese bien las manos, utilice una toalla de papel para cerrar el grifo y abrir la puerta.

Cómo usar un antiséptico de alcohol o solución alcohólica:

- Se han de utilizar cuando **no** tenga suciedad visible en las manos.
- Utilizar dos pulsaciones de los dispensadores que encontrarán en el hospital.
- Frótese las manos enérgicamente limpiando los dorsos, las palmas, entre los dedos y sobre las muñecas, hasta que el limpiador desaparezca y usted tenga las manos completamente secas.

Técnica para una correcta higiene de manos

Con agua y jabón:
40-60 segundos

1



Con solución alcohólica:
20-30 segundos

1



2



Palma contra palma.

3



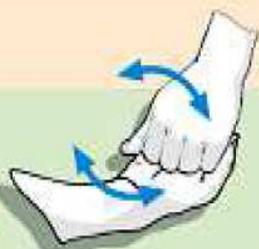
Palma de la mano izquierda sobre el dorso de la mano derecha con los dedos entrelazados y viceversa.

4



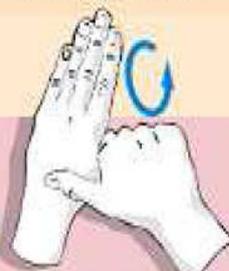
Palma contra palma con los dedos entrelazados.

5



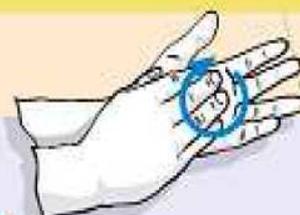
Dorso de los dedos contra la palma opuesta con los dedos recogidos.

6



Fricción en rotación del pulgar derecho dentro de la palma de la mano izquierda y viceversa.

7



Fricción en rotación con movimientos de vaivén. Los dedos juntos de la mano derecha sobre la palma de la mano izquierda y viceversa.

8



Aclarar y secar con toalla de un sólo uso

Sírvase de la toalla para cerrar el grifo

8

Dejar secar al aire



9

Y...

recuerde que tiene derecho a que el personal que le atiende también se haya lavado las manos antes de entrar en contacto con Usted.

¿QUÉ ES EL DOLOR?

El dolor se produce comúnmente como señal de alarma al detectar una lesión en los tejidos o una enfermedad en nuestro cuerpo. Es una experiencia individual compleja, que incluye aspectos sensoriales, emocionales e incluso sociales.

El dolor tienen un alto contenido subjetivo; no todo el mundo experimenta el dolor de la misma forma. El dolor puede sentirse de forma profunda o más en la superficie del cuerpo; puede ser constante o intermitente; puede fijarse en un único punto o irradiarse a otros lugares del cuerpo; el dolor puede ser agudo, punzante o sordo, puede sentirse como un hormigueo e incluso la intensidad del dolor no se siente igual por todo el mundo.

¿CÓMO DESCRIBIR SU DOLOR?

Cuando reciba la visita de los profesionales sanitarios, es muy importante que les hable con claridad de su dolor para que puedan hacer un diagnóstico correcto, prescribirle el tratamiento médico y los cuidados de enfermería adecuados.

Por todo esto, es muy importante que esté preparado para responder a estas preguntas:

- ¿Cuándo comenzó el dolor?, ¿qué lo causó?
- ¿Comenzó poco a poco o de repente?
- ¿Dónde le duele?, ¿puede señalar la zona donde más le duele?
- ¿Se desplaza el dolor a otros lugares del cuerpo?
- ¿Cuándo le duele?, ¿empeora en ciertos momentos del día o después de algunas actividades concretas?
- ¿Tiene algún otro síntoma, como entumecimiento, además del dolor?





EL DOLOR PUEDE Y DEBE SER ALIVIADO LA MEJOR MANERA DE CONTROLARLO ES EVITAR QUE EMPIECE O EMPEORE

¿QUÉ TRATAMIENTO RECIBIRÁ?

Los medicamentos para el tratamiento del dolor, son seguros y efectivos. En la selección del fármaco más adecuado, su médico tendrá en cuenta el tipo de dolor que sufre. Por ejemplo, el dolor producido por una lesión nerviosa y que se expresa en forma de calambres u hormigueos, se trata con una medicación diferente a la utilizada para otros tipos de dolor, como puede ser una herida o fractura.

La medicación se administra siguiendo unas pautas establecidas, siempre con la menor dosis que consiga mantener una mejoría continua con los mínimos efectos secundarios.

Usted, debe tomar siempre la medicación que tenga prescrita, en la cantidad y frecuencia indicada para que el tratamiento sea más efectivo.

No debe abandonar el tratamiento aunque ya se sienta bien. Espere a que se lo indique su médico.

Aunque el dolor de fondo esté controlado, en un momento dado puede presentarse un dolor irruptivo, impredecible y de mucha intensidad. Este tipo de dolor también puede y debe ser controlado.

Además del tratamiento farmacológico, el equipo asistencial le puede indicar, por ejemplo, ejercicios y movimientos específicos de las extremidades con dolor para ayudar a restaurar la elasticidad de las articulaciones y músculos, posturas antiálgicas, masajes, aplicación de frío/calor, técnicas de relajación, etc.; todo ello encaminado a conseguir el mejor control del dolor.

RECUERDE: El control del dolor es parte de su tratamiento. Hable abiertamente con el personal asistencial sobre él para que puedan conocer lo que siente exactamente y le ayuden a controlarlo.

