

SPALIO 15 – PASAULINĖ RANKŲ PLOVIMO DIENA



© [Shutterstock nuotr.](#)

Parengė Klaipėdos miesto „Ažuolyno“ gimnazijos visuomenės sveikatos specialistė Sandra Žalgirienė
2022 m.

Pažymint šią dieną, siekiama atkreipti dėmesį į rankų higienos būklę bei didinti supratimą apie rankų higieną, kaip paprastą, veiksmingą ir prieinamą būdą užkirsti kelią infekcinėms ligoms ir išgelbėti gyvybes.

Pasak Užkrečiamųjų ligų ir AIDS centro medikų, per nešvarias rankas plinta apie 80 proc. infekcinių ligų. Dėl netinkamos rankų higienos ir prastų rankų plovimo įgūdžių padidėja rizika susirgti ne tik žarnyno infekcijomis, tačiau ir kvėpavimo takų ligomis. Tyrimų duomenimis, rankų plovimas trečdaliu sumažina viduriavimo tikimybę ir penktadaliu – sergamumą kvėpavimo takų ligomis. Tinkamai plaunant rankas apsisaugotume nuo aštuonių iš dešimties ligų. Lietuvoje kasmet užregistruojama apie 20 tūkst. žarnyno infekcinių ligų atvejų.

Daugiau nei 80 proc. registruojamų protrūkių kasmet kyla dėl netinkamo maisto ruošimo ir rankų higienos. Dažniausia protrūkių priežastis rotaviruso, noraviruso ir Salmonella sukėlėjai.

Rankų plovimo istorija: Ignazas Semmelweisas

Įsivaizduokite, koks būtų gyvenimas, jei rankų plovimas nebūtų privalomas net chirurgams. Baisoka, tiesa? Išsivysčiusiose šalyse rankų plovimas yra stipriai rekomenduojamas visų amžiaus grupių ir įvairaus gyvenimo būdo žmonėms, tačiau tik nedaugelis žino, nuo ko tai prasidėjo.

1847-aisiais vengrų kilmės gydytojas Ignazas Semmelweisas atskleidė stulbinančius pastebėjimus, kurie ir atvedė iki rankų plovimo gydymo įstaigose.

Dirbdamas akušerijos klinikoje Vienoje, dr. I. Semmelweisas labai nustebo pastebėjęs, jog žymiai dažniau karščiavimas po gimdymo ar mirtis ištikdavo tas moteris, kurioms padėjo medicinos studentai, nei toms, kurios pasirinko gimdyti su pribuvėja. Kruopščiai tirdamas klinikines praktikas, I. Semmelweisas pastebėjo, kad medicinos studentai, kurie padėjo gimdančioms moterims, dažnai tai darė po nuo sepsio mirusių pacientų skrodimų. Po griežtos rankų plovimo politikos įsteigimo mirtingumas per tris mėnesius sumažėjo nuo 10 iki 20 kartų, kas įrodo, kaip ligų perdavimo tikimybė yra sumažinama šitos paprastos higieninės praktikos. Tačiau kai kuriuose medicininiuose leidiniuose buvo teigiama, kad rankų plovimas mirtingumą sumažina vos mažiau nei 1 proc., taigi I. Semmelweiso idėjos konfliktavo su to meto mokslo ir medicinos nuomone, todėl buvo atmestos medicininės bendruomenės. Kai kurie gydytojai piktinosi pasiūlymu plautis

rankas, klausė, ar I. Semmelweisas galėtų tam duoti kokį mokslinį paaiškinimą. 1865-aisiais Semmelweisas buvo uždarytas į psichiatrinę ligoninę, kur po 14 dienų sumuštas sargybinių mirė, būdamas 47 metų.

Po mirties 1865-aisiais I. Semmelweisas buvo visiškai pamirštas ne tik Vienoje, bet ir savo gimtojoje Vengrijoje, į kurią grįžo 1850-aisiais. Taip buvo net iki XIX amžiaus pabaigos, kai pradėta taikyti J. Listerio antiseptika akušerijoje, lėmė staigų mirčių ir pogimdyminių karščiavimų sumažėjimą. I. Semmelweiso praktika buvo plačiai pripažinta tik praėjus daug metų po jo mirties, kai Louisas Pasteuras patvirtino lytinių ląstelių teoriją, o Josephas Listeris, remdamasis prancūzų mikrobiologiniais tyrimais, itin sėkmingai praktikavo higienos metodus. Tik tuomet I. Semmelweiso darbas buvo prisimintas, o jo kaltės pamirštos. 1909-aisiais Wiliamo Sinclairio išleista hagiografinė biografija buvo pirma iš daugelio publikacijų, kuri nupiešė I. Semmelweisą kaip kaltės neturėjusį herojų, o jo darbus pateikė kaip šedevrą.

Švarus geriamasis vanduo: Johnas Snowas ir Broad gatvės siurblys

Ar galite įsivaizduoti, koks būtų jūsų gyvenimas, jei jūsų vienintelis geriamojo vandens šaltinis būtų užterštas mirštančių nuo choleros žmonių išmatomis? Skamba šiek tiek klaikiai, tiesa?

XIX a. viduryje Anglijoje choleros proveržiai išaugo į masinę epidemiją, jau mirus dešimtims tūkstančių žmonių, epidemija tik plito ir stiprėjo. Tuo metu žmonės nedaug žinojo apie mikrobu kilmę ar infekcinių ligų plitimą. Vietoje to jie buvo įsitikinę, kad choleros ligą sukėlė nuodingos dujos iš kanalizacijos vamzdžių, atviri kapai ir kitos irimo vietos. Gydytojas Johnas Snowas pastebėjo, kad cholera plinta ne per nuodingas dujas, bet per nuotėkomis užterštą vandenį. Jis pastebėjo, kad dauguma su cholera susijusių mirčių buvo netoliese vandens siurblio Broad gatvėje. Gydytojas nuėmė siurblio rankeną ir beveik akimirksniu ligos plitimas buvo sustabdytas. Nors prireikė šiek tiek laiko, kad vietos valdžia patikėtų jo tvirtinimais ir imtųsi veiksmų, tačiau gydytojo J. Snow'o išvados tapo dideliu įnašu infekcinės kilmės ligų supratimui bei paskleidė žinią apie būtinybę gerti švarų vandenį.

Šiuolaikinis tualetas su vandens nuleidimu: Thomasas Craperris

Ar atsimenate tuos laikus, kai reikėdavo eiti į lauko tualetą?

Thomasas Crapperis gime Jorkšyre, Anglijoje, 1836-aisiais. Jis buvo pripažintas kaip tualetu su nuleidžiamu vandeniu sumanytojas. Tiesą sakant, T. Crapperis to neišrado, bet manoma, kad turėjo didelę įtaką to vystymuisi ir įsitvirtinimui modernioje visuomenėje. Įgyvendinus modernią sistemą, kuri pumpavo nešvarų vandenį iš miestų, gyventojai mažiau užsikrėsdavo ligomis, sukeliamomis bakterijų, esančių žmonių išmatose. Tai buvo didelis žingsnis visuomenės sveikatos gerinimo link.

Literatūra:



Interneto dienraštis „Bernardinai.lt“ (2015). Prieiga internetu :

<https://www.bernardinai.lt/2015-05-05-apie-gydytoja-del-ranku-plovimo-tapusi-medicinos-kankiniu-ir-didvyriu/>