

## Το πλύσιμο των χεριών με σαπούνι θα μπορούσε να σώσει χιλιάδες ζωές

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Νέα Υόρκη

Με τη χολέρα να εξαπλώνεται γρήγορα μετά το πέρασμα του τυφώνα Μάθιου στην Αϊτή και με ένα νέο ξέσπασμα στην κατεστραμμένη από τον πόλεμο Υεμένη, η UNICEF καλεί τα παιδιά, τις οικογένειες και τις κοινότητες να κάνουν το πλύσιμο των χεριών με σαπούνι μια καθημερινή συνήθεια για να βοηθήσει στην πρόληψη της εξάπλωσης ασθενειών.

Με την ευκαιρία της Παγκόσμιας Ημέρας Πλυσίματος των Χεριών, η UNICEF αναφέρει ότι το 2015, περισσότερα από 300.000 παιδιά ηλικίας κάτω των πέντε έχασαν τη ζωή τους σε παγκόσμιο επίπεδο από διαρροϊκές ασθένειες που συνδέονται με την ανεπαρκή πρόσβαση σε ασφαλές πόσιμο νερό και αποχέτευση - πάνω από 800 παιδιά ανά ημέρα. Ωστόσο, πολλοί από αυτούς τους θανάτους θα

μπορούσαν να είχαν προληφθεί με την απλή πράξη του πλυσίματος των χεριών με σαπούνι.

«Κάθε χρόνο 1,4 εκατομμύρια παιδιά πεθαίνουν από ασθένειες που προλαμβάνονται σε μεγάλο βαθμό, όπως η πνευμονία και η διάρροια», δήλωσε ο Επικεφαλής της UNICEF για το Νερό και την Υγιεινή, Sanjay Wijesekera. «Αυτοί είναι συγκλονιστικοί αριθμοί, αλλά θα μπορούσαν να μειωθούν σημαντικά εφόσον εργαστούμε με τα παιδιά και τις οικογένειες ώστε να υιοθετήσουν μια πάρα πολύ απλή λύση – το πλύσιμο των χεριών. Γνωρίζουμε, για παράδειγμα, ότι το πλύσιμο των χεριών με σαπούνι πριν από τα γεύματα και μετά τη χρήση της τουαλέτας θα μπορούσαν να μειώσουν τη συχνότητα εμφάνισης διαρροϊκών ασθενειών πάνω από 40%».

Η σωστή πρακτική του πλυσίματος των χεριών συμβάλει επίσης στην υγιή ανάπτυξη των παιδιών, κρατώντας τα στο σχολείο. Το πλύσιμο των χεριών βελτιώνει πραγματικά τη φοίτηση στο σχολείο με τη μείωση της εξάπλωσης ασθενειών που προλαμβάνονται, πράγμα που σημαίνει ότι τα παιδιά δεν μένουν στο σπίτι λόγω ασθένειας.

«Το πλύσιμο των χεριών νοείται ως ένα πρώτης γραμμής προληπτικό μέτρο για να κρατήσει τα παιδιά ασφαλή από τις ασθένειες – είναι απλό, οικονομικό, και αποδεδειγμένα σωτήριο», δήλωσε ο Wijesekera.

Στην Αϊτή, μια χώρα με ανεπαρκείς υποδομές ύδρευσης και αποχέτευσης και μια επίμονη επιδημία χολέρας, τα ύποπτα κρούσματα χολέρας και οξείας διάρροιας έχουν αυξηθεί κατακόρυφα μετά τον τυφώνα της 4ης Οκτωβρίου.

«Αυτός είναι ο χειρότερος εφιάλτης για όλους», δήλωσε ο Marc Vincent, Εκπρόσωπος της UNICEF στην Αϊτή. «Λιγότερο από δύο εβδομάδες μετά τον τυφώνα, η χολέρα μπορεί να εξαπλώνεται σε περιοχές όπου στο παρελθόν πολύ σπάνια υπήρχαν κρούσματα και η διάρροια απειλεί τα ήδη ευάλωτα παιδιά. Απαιτείται άμεση δράση, η υγεία των παιδιών είναι σε κίνδυνο».

Μερικά στοιχεία και αριθμοί για το πλύσιμο των χεριών:

1 γραμμάριο κοπράνων περιέχει 100 εκατομμύρια βακτήρια.

Περίπου 1 στους 5 ανθρώπους σε όλο τον κόσμο πλένει τα χέρια του μετά τη χρήση της τουαλέτας.

Κάθε χρόνο, 1,7 εκατομμύρια παιδιά δεν ζουν για να γιορτάσουν τα πέμπτα τους γενέθλια εξαιτίας της διάρροιας και της πνευμονίας.

Όταν τα παιδιά πλένουν τα χέρια τους με σαπούνι μετά από την τουαλέτα ή πριν από το φαγητό, μειώνουν τον κίνδυνο διάρροιας κατά περισσότερο από 40%.

Οι οξείες αναπνευστικές λοιμώξεις όπως η πνευμονία είναι η κύρια αιτία θανάτου στα παιδιά ηλικίας κάτω των πέντε ετών.

Τα στοιχεία δείχνουν ότι το πλύσιμο των χεριών με σαπούνι μετά τη χρήση της τουαλέτας και πριν από το φαγητό θα μπορούσε να μειώσει τα ποσοστά πνευμονίας μεταξύ των παιδιών κατά περίπου ένα τέταρτο.

**Πηγή:** [health.in.gr](http://health.in.gr)