**Na 1 cm² naszych dłoni może znajdować się nawet 5 milionów bakterii. Według badań tylko 50% mężczyzn i 75% kobiet myje ręce po opuszczeniu toalety. Tymczasem – jak wynika z danych Światowej Organizacji Zdrowia (WHO), niemal 70% zakażeń i zatruć to efekt brudnych rąk! Dlatego 15 października jest ustanowionym przez ONZ Światowym Dniem Mycia Rąk.** Badania przeprowadzone na Uniwersytecie w Michigan wykazały, że aż 95% ludzi nie myje rąk pod bieżącą wodą wystarczająco długo – średni czas to  6 sekund. Tymczasem mycie rąk wodą z mydłem przez 15 sekund redukuje liczbę bakterii już o około 90%, natomiast kolejne 15 sekund usuwa całkowicie drobnoustroje, które mogą być przyczyną chorób.

Częste mycie rąk jest w stanie zmniejszyć liczbę zachorowań dzieci na przykład na biegunkę (druga co do częstości przyczyna śmierci u dzieci do 5. roku życia) o połowę, a na zapalenie płuc (najczęstsza przyczyna śmierci u małych dzieci) – o 25%. Badania wykazały, że ponad 40% przypadków zachorowań na biegunkę u dzieci w wieku szkolnym jest wynikiem brudnych rąk.

Brudne ręce są także przyczyną 70–90% zakażeń szpitalnych. Szacuje się, że dziesięć tysięcy Polaków rocznie umiera z powodu zakażeń szpitalnych – najczęściej w wyniku drobnoustrojów przenoszonych na rękach lekarzy i pielęgniarek. To więcej, niż ginie w wypadkach samochodowych. Higiena rąk jest najważniejszym elementem strategii walki z zakażeniami związanymi z opieką zdrowotną.

Na naszych rękach przenoszone są m.in. rotawirusy i norowirusy odpowiedzialne za biegunki, gronkowiec złocisty, który wywołuje zakażenia skóry i zatrucia pokarmowe, pałeczki Salmonella, Escherichia coli odpowiadające m.in. za zapalenie przewodu moczowego i nerek, a także jaja tasiemca i owsika.

**Powód powołania Światowego Dnia Mycia Rąk**

* mycie rąk wodą i mydłem przed posiłkiem i po skorzystaniu z toalety przyczyniają się do ograniczenia przypadków biegunki o ok. połowę, a infekcji dróg oddechowych o ok. 25%
* wg danych na rok 2012 co roku 3,5 miliona dzieci do roku 5 życia umierało z powodu powikłań wynikających z niemycia rąk – głównie biegunka i infekcje górnych dróg oddechowych. Według informacji podanych w 2016 r. liczba ta wynosi ok. 2 milionów.

**Cele obchodów Światowego Dnia Mycia Rąk**

* uświadomienie społeczeństwu na świecie, jak duże znaczenie dla ich zdrowia i życia ma mycie rąk, które może uchronić przed zakażeniem wieloma chorobami
* monitorowanie mycia rąk na świecie
* wspieranie globalnej i lokalnej kultury mycia rąk

**Podejmowane działania**

* Organizowane są akcje w szkołach, które pomagają dzieciom zrozumieć, jak ważne jest mycie rąk, aby następnie przekazały tę wiedzę w domu oraz wyuczyły nawyk częstego i poprawnego mycia rąk
* UNICEF pomaga budować ujęcia wodne i sanitariaty, szczególnie w szkołach

**Fakty z historii**

W obchodach pierwszego Światowego Dnia Mycia Rąk wzięło udział ponad 200 milionów dzieci z 86 krajów i 5 kontynentów.

70 krajów biorących udział w obchodach organizuje akcje na poziomie narodowym we współpracy z rządowymi organizacjami oraz fundacjami.

**Działania w Polsce**

W Polsce powstało wiele projektów i akcji nawołujących do używania mydła i wody. Przykładowe projekty:

* projekt wrocławskich mieszkańców „Zdrova.Strefa”, obecnie HANHA (ang. Hand and Hand – Ręka i Ręka) – inicjatywa mająca na celu wdrażanie zasad higieny osobistej poprzez wyrobienie nawyku częstego mycia rąk mydłem i wodą po skorzystaniu z toalety oraz przed jedzeniem.
* Akcja „Podaj mydło” organizowana przez Fundację Redemptoris Missio, mająca na celu zebranie jak największej liczby kostek mydła, które następnie miały trafić na misje w Afryce, by tamtejsi misjonarze mogli uczyć dzieci podstawowych zasad higieny.