

Tavanomaiset varotoimet

Tavanomaiset varotoimet estävät mikrobien siirtymistä potilaasta työntekijään, työntekijästä potilaaseen sekä potilaista, hoitovälineistä tai hoitoympäristöstä työntekijöiden välityksellä toisiin potilaisiin. Niiden noudattaminen suojaa sekä potilaita, että työntekijöitä infektioilta ja mikrobitartunnoilta.

Tavanomaisia varotoimia noudatetaan aina kaikkien potilaiden hoidossa riippumatta potilaan hoitopaikasta, infektiosta tai mahdollisesta ongelmamikrobin kantajuudesta. Tavanomaiset varotoimet ovat infektioiden ja tartunnantorjunnan perusta terveydenhuollossa.

Tavanomaisiin varotoimiin kuuluvat

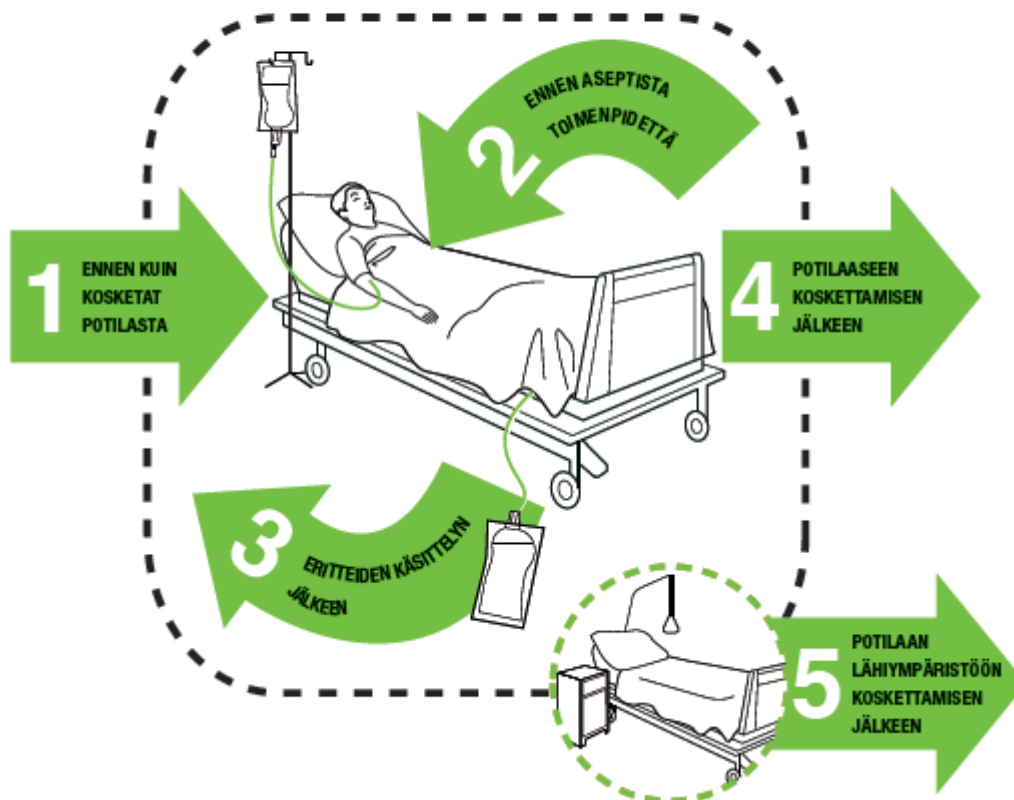
- 1. käsihygienia
- 2. suojainten oikea käyttö
- 3. aseptiset työtavat ja eritetahradesinfektio
- 4. veritartunnan ehkäisy
- 5. yskimishygienia

1. Käsihygienia

- Huolehdi käsien ihon kunnosta
 - käytä tarvittaessa perusvoiteita
 - hoida käsien ihorikot kuntoon, ota tarvittaessa yhteys työterveyshuoltoon
- Pidä kynnet lyhyinä
- Älä käytä työssä kynsilakkaa, rakenne- tai geelikynsiä
- Älä käytä potilashoidossa kelloa, aktiivisuusranneketta, käsikoruja tai sormuksia
- Käytä lyhythihaista työasua tai kääri hihat kyynärpäihin asti
- Desinfioi kädet käsihuhuhteella (kaksi painallusta, vähintään 20 sekuntia)
 - ennen ja jälkeen potilaan koskettamista
 - ennen ja jälkeen potilaan lähiympäristön koskettamista
 - ennen suojakäsineiden pukemista ja niiden riisumisen jälkeen
 - ennen puhtaisiin hoito- ja tutkimusvälineisiin koskemista
 - hoitotoimenpiteiden välissä ennen puhdasta työvaihetta
 - potilashuoneeseen mennessä ja sieltä poistuttaessa
 - osastolle mennessä ja sieltä lähdettäessä
- Pese kädet vedellä ja saippualla, ja desinfioi kuivatut kädet pesun jälkeen
 - kun kädet ovat näkyvästi likaiset tai tuntuvat likaisilta
 - WC-käynnin yhteydessä
 - töihin tullessa ja töistä lähtiessä
 - hoidettaessa potilasta, jolla on tai epäillään olevan tarttuva ripuli
- Opetä käsihygienia potilaalle ja vierailijalle
 - osastolle ja potilashuoneeseen tullessa ja poistuessa
 - ennen ruokailua
 - WC-käynnin jälkeen
 - yskimisen ja niistämisen jälkeen

[video käsidesinfektiosta](#)

Viisi muistisääntöä hyvään KÄSIHYGIENIAAN



2. Suojainten oikea käyttö

- Käytä suojakäsineitä
 - kosketettaessa verta, eritteitä tai niillä kontaminoituneita välineitä
 - kosketettaessa potilaan limakalvoja, haavoja, ihorikkoja, kainaloita, genitaalialuetta tai muita kontaminoituneita alueita
 - kosketettaessa kanyyleita, katetreja tai dreenejä
 - otettaessa näytteitä
 - HUOMIO! Suojakäsineet EIVÄT korvaa käsihuuhdetta
- Käytä suojatakia tai –esiliinaa
 - kun on vaara, että työvaatteesi kastuu tai likaantuu potilaan eritteistä
- Käytä kirurgista suu-nenäsuojusta
 - kun on vaara roiskeista
 - pientoimenpiteissä ja haavanhoidossa
 - hoidettaessa yskivää tai aivastelevaa potilasta
- Käytä silmäsuojusta tai visiiriä
 - kun on vaara roiskeista
- Pue suojaimet juuri ennen hoitotoimenpidettä ja riisu ne heti sen loputtua
 - desinfioi kädet ennen suojainten pukemista ja niiden riisumisen jälkeen
 - jos joudut keskeyttämään suojainta vaativan toimenpiteen, riisu suojain ja desinfioi kädet (esim. ennen puhelimeen vastaamista)
- Käytä suojaimia potilas- ja toimenpidekohtaisesti

3. Aseptiset työtavat ja eritetahradesinfektio

- Työskentele aseptisen työjärjestyksen mukaisesti
 - etene puhtaasta likaiseen työvaiheeseen
 - jos poikkeat tästä, desinfioi kädet ja vaihda suojaimet työvaiheiden välissä
- Poista ja desinfioi ympäristöön levinneet veri- ja eritetahrat välittömästi
 - desinfioi kädet ja pue suojakäsineet
 - pyyhi erite pois ja laita pyyhe roskiin
 - kaada puhtaalla käsinekadella eritetahradesinfektioainetta tahra-alueelle
 - pyyhi tahra-alue kuivaksi ja laita pyyhe roskiin
 - riisu suojakäsineet roskiin ja desinfioi kädet
 - [ERITETAHRADESINFEKTIO-Ohje](#)

4. Veritartunnan ehkäisy

- Käytä turvavälineitä aina, kun se on mahdollista
- Käsittele teräviä välineitä aina katsekontaktissa
- Älä anna teräviä välineitä kädestä käteen, käytä laskutasoa
- Ota riskijäteastia mukaan pistotapahtumaan
- Laita pistävät ja viiltävät jätteet käytön jälkeen suoraan risksijäteastiaan
- Älä laita käytettyä neulaa takaisin neulansuojukseen
- Käytä suojakäsineitä aina verta ja verisiä välineitä käsiteltäessä
- Poista näkyvät veritahrat välittömästi eritetahradesinfektioilla

5. Yskimishygienia

- Älä yski tai aivasta muita ihmisiä kohti
- Yskiessä ja aivastaessa peitä suu ja nenä kertakäyttönenäliinalla
 - laita nenäliina käytön jälkeen roskiin
 - desinfioi sen jälkeen kädet
 - jos ei ole nenäliinaa, yski tai aivasta kyynärvarteen, älä käsiin ja pois päin muista ihmisistä
- Opetä yskimishygienia yskivälle tai aivastelevälle potilaille

Tavanomaisten varotoimien lisäksi kaikkien potilaiden hoidossa tulee noudattaa seuraavia hygieniaohjeita. Näiden ohella noudatetaan myös muita kustakin asiasta erikseen annettuja ohjeita.

Potilashuoneen valinta

- **Sijoita potilas yhden hengen huoneeseen aina, jos**
 - jos potilaan ympäristö kontaminoituu eritteellä (esim. ulosteella, virtsalla, haavaeritteellä tai ihohilseellä)
 - jos potilas vaarantaa infektioiden torjuntaa eikä noudata hygieniaohjeita

Potilashuoneen varustelu

- Varaa huoneeseen vain 1-2 vrk hoidossa tarvittavat välineet ja tarvikkeet
- Suojaa potilassängyn patja ja tyyny hygieniasuojalla tai kertakäyttöisellä suojalla
- Käytä voiteet, talkki, hammastahna ym. tuotteet ainoastaan potilaskohtaisina
- Älä laske hoitovälineitä tai potilaspapereita suojaamattomina potilaan sängylle

Hoito- ja tutkimusvälineiden huolto

- Puhdista ja desinfioi tai steriloi monikäyttöiset välineet niiden käyttötavan mukaan jokaisen potilaan jälkeen
 - vie välineet käytön jälkeen ensisijaisesti suoraan huuhteludesinfektiokoneeseen
 - älä anna lian kuivua käytettyjen välineiden pinnalle

Siivous

- Heikosti emäksisellä yleispuhdistusaineella
- potilasvyöhykekohtaisilla mikrokuitusiivouspyyhkeillä
- Kiinnitä erityinen huomio kosketuspintojen ja saniteettitilojen puhdistukseen
- Eritetahradesinfektio pitää tehdä heti, kun erite havaitaan

Likapyykki, jätteet ja eritteet

- Käsittele likapyykkiä potilashuoneessa mahdollisimman vähän pölytellen
- Pakkaa jätepussi potilashuoneessa
- Pakkaa särmäisjäte riskijäteastiaan
- Kaada eritteet huuhteludesinfektiokoneeseen
 - jollei konetta ole käytössä, kaada eritteet viemäriin
 - vältä roiskeita eritteitä kaadettaessa
 -

Ruokailu ja ruokailuvälineet

- Ei rajoituksia
 - sairaalahygieenisistä syistä ei tarvitse käyttää kertakäyttöastioita
 - opeta potilas desinfioimaan kädet ennen ruokailua

Potilaan kuljettaminen sairaalan sisällä

- Potilas ja potilasta kuljettava työntekijä desinfioi kätensä ennen potilaan kuljettamista sekä sen jälkeen
- Käsihuuhte otetaan mukaan potilaan kuljettamisen ajaksi esimerkiksi sängynpäätelineeseen.
- Potilaan kuljetuksessa ei käytetä suojaimia