

Tavanomaiset varotoimet

Tässä ohjeessa potilaalla tarkoitetaan toimintaympäristön mukaan potilasta, asukasta tai asiakasta. 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 mikrobirtunnoilta.

Tavanomaisia varotoimia noudatetaan aina kaikkien potilaiden hoidossa riippumatta potilaan hoitopaikasta, infektiosta tai mahdollisesta ongelmamikrobin kantajuudesta. Tavanomaiset varotoimet ovat infektioiden ja tartunnantorjunnan perusta terveydenhuollossa. Käsihuuhdetta ja suojaimia tulee olla saatavissa tarkoituksenmukaisesti ja näkyvästi sijoitettuna.

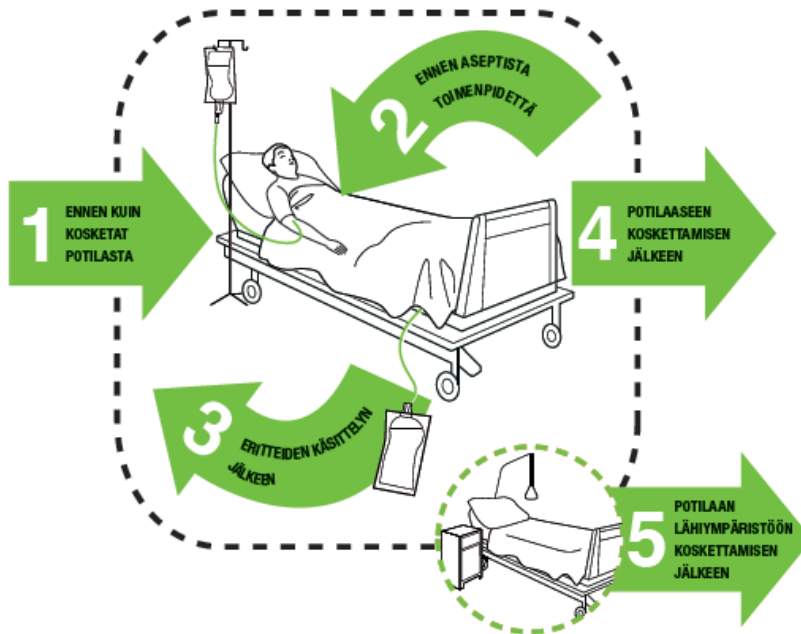
Tavanomaisiin varotoimiin kuuluvat

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

Käsihygienia

- Huolehdi käsien ihon kunnosta
 - käytä tarvittaessa perusvoiteita
 - hoida käsien ihorikot kuntoon, ota tarvittaessa yhteys työterveyshuoltoon
- Käsihygienian toteuttamisen edellytyksenä on, että kädet ovat desinfioitavissa ranteisiin asti. Tämän toteuttamiseksi käytä lyhythihaista työasua tai kääri hihat kyynärpäihin asti ja poista esim. kellot, aktiivisuusrannekkeet, käsikorut ja sormukset.
- Pidä kynnet lyhyinä. Kynsilakan ja keinomateriaalien kuten rakenne- ja geelikynsien käyttö on kiellettyä, koska niiden pinta kerää mikrobeja ja vaikeuttaa desinfiointia.
- Desinfioi kädet käsihuhteella (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
- Ohjaa käsihygienian toteuttaminen potilaalle ja vierailijalle
 - [Käsihygieniahjeita potilaille ja vierailijoille](#)

Viisi muistisääntöä hyvään KÄSIHYGIENIAAN



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
 - näytteenotossa
- 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
- Säilytä suojaimet niin, että ne pysyvät puhtaina
 - pidä suojainpakkaukset paikassa, jossa niihin ei tule roiskeita eivätkä asiakkaat pääse koskemaan niihin

- käsinepakkaukset tulisi säilyttää seinätelineissä, jotta käsineet pysyvät puhtaina
- myös kirurgisille suu-nenäsuojuksille ja suojaesiliinoille sopivia seinätelineitä on saatavilla

Aseptiset työtavat ja eritetahradesinfektio

- Työskentele aseptisen työjärjestyksen mukaisesti
 - etene puhtaasta likaiseen työvaiheeseen
 - jos poikkeat tästä, desinfioi kädet ja vaihda suojaimet työvaiheiden välissä
- Ota esille kerralla vain ne tarvikkeet ja välineet, joita tarvitset potilaan hoidossa
 - Kerää tarvitsemasi välineet desinfioiduin käsin puhtaalle tasolle
 - Mikäli joudut hakemaan välineitä kaapista kesken potilaan hoidon, desinfioi kädet, jotta et kontaminoi kaapissa olevia puhtaita välineitä potilaan mikrobeilla
 - Laita potilaan mikrobeilla kontaminoituneet kertakäyttöiset välineet ja tarvikkeet jätteisiin, mikäli ne jäävät käyttämättä.
 - Älä käytä kertakäyttöiseksi tarkoitettuja tarvikkeita ja välineitä uudestaan myöhemmin, vaikka hoitaisit samaa potilasta.
- Poista ja desinfioi ympäristöön levinneet veri- ja eritetahrat välittömästi
 - desinfioi kädet ja pue suojakäsineet
 - pyyhi erite pois ja laita pyyhe roskeen
 - kaada puhtaalla käsinekadella eritetahradesinfektioainetta tahra-alueelle
 - pyyhi tahra-alue kuivaksi ja laita pyyhe roskeen
 - riisu suojakäsineet roskeen ja desinfioi kädet
 - [ERITETAHRADESINFEKTIO-Ohje](#)

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 riskijäteastiaan
- Älä laita käytettyä neulaa takaisin neulansuojukseen
- Käytä suojakäsineitä aina verta ja verisiä välineitä käsiteltäessä
- Poista näkyvät veritahrat välittömästi eritetahradesinfektioilla

Yskimishygienia

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

Tavanomaisten varotoimien lisäksi kaikkien potilaiden hoidossa tulee noudattaa seuraavia hygieniaohjeita.

Potilashuoneen valinta

Sijoita potilas yhden hengen huoneeseen aina, mikäli potilaan ympäristö kontaminoituu eritteellä esim. ulosteella, virtsalla, haavaeritteellä tai ihohilseellä tai potilas ei noudata hygieniaohjeita.

Potilashuoneen varustelu

- Varaa huoneeseen vain 1-2 vrk hoidossa tarvittavat välineet ja tarvikkeet
- Huoneen pinnat on pidettävä mahdollisimman tyhjinä, jotta siivous voidaan suorittaa asianmukaisesti.

Vastaanottotilat

- Vastaanottohuoneissa tulee aina olla mahdollisimman vähän välineitä ja tarvikkeita näkyvillä, jotta tilojen puhtaana pito on helppoa ja aseptinen työskentely mahdollista.
- Pyyhi potilaaseen kosketuksissa olleet vastaanottohuoneen kosketuspinnat pesevällä desinfektioaineella käynnin jälkeen (käytettävissä valmiita peseviä desinfektiopyyhkeitä).
 - Puhdista ja desinfioi myös laitteet, joihin on koskettu hoidon aikana (laitevalmistajan ohjeen mukaan)

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