

Terveys- ja sairaanhoitopalvelut
Medisiiniset palvelut
Infektioiden torjunta

18.4.2024

Käsihygienia

Sairaaloiden ja hoitolaitosten hoitoon liittyviä infektioita aiheuttavien mikrobien tärkein leviämisreitti on käsien välityksellä tapahtuva **kosketustartunta**. Hyvä käsihygienia on paras yksittäinen keino torjua hoitoon liittyviä infektioita ja mikrobilääkeresistenssin leviämistä.

Käsien pesuun ja/tai desinfektioon tulee olla mahdollisuus jokaisessa tilassa, jossa hoidetaan ja tutkitaan potilasta, käsitellään potilaiden eritteitä ja näytteitä tai tehdään potilaille valmistavia toimenpiteitä. Suojakäsineitä tulee käyttää aina kun kädet ovat vaarassa likaantua eritteillä.

Henkilökunnan tulee opastaa uusia työntekijöitä, opiskelijoita, potilaita ja vierailijoita käsihygienian oikeassa toteuttamisessa. Sairaala- ja laitospäristössä on tärkeää, että kaikki toimivat yhdenmukaisesti ja ovat tietoisia tartuntareittien katkaisun tärkeydestä.

1 Hyvän käsihygienian edellytykset

Hyvä käsihygienia on potilastyössä välttämätön ja sen noudattaminen on osa jokaisen vastuullisen terveydenhuollon työntekijän ammatti-identiteettiä. Fyysistä potilastyötä tekevällä käsien ihon tulee olla kunnossa. Pitkähihaista vaateetusta ei käytetä hoitotoimenpiteissä. Kyynärpään tason alapuolelle ulottuvaa työntekijän sairauden hoitoon määrättyä lastaa, painehihoa tai käsinettä ei voi hygieniasyistä käyttää hoitotyössä, koska käsien pesua/desinfektiota ei pystytä toteuttamaan. Edellä mainitut asiat estävät käsihygienian toteutumisen. Kosketustartunnan leviämisen riski kasvaa ja se on uhka potilasturvallisuudelle.

Hyvä käsihygienia:

- koruttomuus ja lyhyet kynnet
- ihon kunnosta huolehtiminen
- käsien desinfektio
- tarvittaessa käsien pesu vedellä ja saippualla
- oikea suojakäsineiden käyttö

Katso lisää ohjeesta SOTE-henkilöstön työvaatteet sekä suojainten käyttö, infektioiden ja tarttuvien tautien torjunta

2 Koruttomuus ja lyhyet kynnet

Sormusten, kellojen, älykellojen, rannerenkaiden, rakennekynsien (kaikki materiaalit), kynsilakan, kynsikorujen ja kynsilävistysten käyttö on kielletty. Käsiä kämmenpuolelta katsottaessa, kynnet eivät saa näkyä yli sormenpäiden. Edellä mainitut asiat estävät käsihygienian toteutumisen.

Terveys- ja sairaanhoitopalvelut
Medisiiniset palvelut
Infektioiden torjunta

18.4.2024

3 Käsien ihon kunto

Käsien ihon kunnon ylläpitämiseen tulee kiinnittää huomiota, koska näin ehkäistään mikrobien leviämistä käsien kautta. Terveet ja desinfioidut kädet ovat työntekijän tärkeä työväline päivittäisessä potilastyössä.

Kuivaihaisille suositellaan käsivoiteen säännöllistä käyttöä, koska se on ihon kosteustasapainon ja infektioiden torjunnan kannalta perusteltua. Käsien iho-ongelmista kärsivän työntekijän on syytä muistaa veden, saippuan ja pesukemikaalien ihoa kuivattava vaikutus myös kotiloissa. Jos käsien ihossa tuntuu kirvelyä käsihuuhteen hieromisen jälkeen, on ihossa rikkoumia. Tällöin työntekijä usein lopettaa käsihuuhteen käytön ja palaa saippuapesuun, joka vain pahentaa ihon kuntoa. Tällaisissa tilanteissa yleensä käsihuuhteen käytön jatkaminen ja vesipesun minimointi korjaa tilanteen.

Mikäli työntekijällä on ihottumaa, haavaumia tai kynsivallintulehdus, hänen tulee ottaa yhteyttä työterveyshuoltoon. Sieltä annetaan ohjeita käsien suojausta ja mahdollista hoitoa varten sekä tarvittaessa sairauslomaa. Ihon ollessa rikki tulee aina potilaskosketuksessa käyttää suojakäsineitä.

Kynsivallintulehdus

Niin kauan kuin erittyy märkää (yleensä 2–3 vrk), henkilö ei saa osallistua fyysiseen hoitotyöhön eikä työhön, jossa hän käsittelee elintarvikkeita. Leikkaustiimin jäsenet (kirurgi, leikkaushoitaja) eivät saa osallistua leikkaukseen ennen kuin heidän mahdollinen kynsivallintulehduksensa on parantunut. Leikkauskäsineet rikkoutuvat usein leikkauksen aikana ja tällöin kynsivallintulehduksen runsas mikrobimäärä voi aiheuttaa leikkausalueen infektion.

Tatuoinnit

Kyynärvarren alueelle sijoittuvat tatuoinnit on suositeltavaa ottaa loma-aikana, jotta ne ehtivät parantua ennen työhön paluuta. Jos joudut palaamaan työhön ennen kuin tatuoinnin ottamisesta on kulunut kaksi viikkoa, peitä tatuointi puhtaalla kalvolla. Ranteeseen tai sen alapuolelle ulottuvan tatuoinnin tulee olla täysin parantunut ennen työhön palaamista. Tatuoinnin paraneminen kestää noin kaksi viikkoa.

4 Käsien desinfektio - aina potilashoidossa

Käsien desinfektion tarkoituksena on poistaa ja tuhota väliaikaista mikrobistoa käsistä. Hoitoon liittyviä infektioita aiheuttavat mikrobit pysyvät käsien iholla pitkiäkin aikoja tartuntakykyisinä (minuuteista tunteihin) ja niiden määrä saattaa jopa lisääntyä, ellei käsiä desinfioida.

Kädet tulee desinfioida

- yksikköön tultaessa ja sieltä poistuttaessa
- ennen ja jälkeen asiakas/potilaskontaktin
- ennen ja jälkeen asiakkaan lähiympäristön tai hoitovälineisiin koskemisen

Terveys- ja sairaanhoitopalvelut
Medisiiniset palvelut
Infektioiden torjunta

18.4.2024

- ennen suojakäsineiden pukemista ja niiden riisumisen jälkeen
- ennen toimenpiteitä ja niiden jälkeen
- saman potilaan hoidossa eri työvaiheiden välillä, siirryttäessä puhtaampaan työvaiheeseen
- oksennus-/ ripulitautia (esim. *C. difficile*, Noro) tai syyhyä sairastavien asukkaiden hoitamisen ja suojainten riisumisen jälkeen toteutetaan käsien saippua-/ vesipesu ja desinfiointi

Käsien desinfektio

1. ota käsihuuhdetta reilusti kuviin käsiin, 2–3 painallusta (3 ml)
2. hiero sormenpäät huuhteessa
3. hiero peukalot ja sormien välit
4. hiero huuhdetta käsiin joka puolelle
5. hiero käsiä kauttaaltaan, kunnes ne ovat kuivat → noin 30 sekuntia
6. käsihuuhdetta ei saa huuhdella tai kuivata pois.

Kiinnitä erityisesti huomiota

- sormenpäihin ja kynsinauhoihin
- sormiväleihin ja peukalon tyveen
- ranteisiin ja käsivarsiin

Kirurginen käsien desinfektio

Kirurginen käsien desinfektio tehdään ennen leikkauksia ja muita kirurgisia toimenpiteitä. Kirurgisen käsien desinfiointin tarkoituksena on estää leikkausalueen infektoita poistamalla käsistä väliaikainen mikrobisto ja vähentää käsien pysyvää mikrobistoa. Katso ohje: Kirurginen käsidesinfektio

5 Käsien pesu vedellä ja saippualla- näkyvän lian ja itiöiden poisto

Kädet pestään vedellä ja nestesaippualla,

- tulet töihin ja lähdet töistä
- ennen ruokailua
- kun kädet ovat näkyvästi likaiset tai tuntuvat likaisilta
- WC-käynnin jälkeen
- Oksennus-/ ripulitautia (esim. *C. difficile*, Noro) tai syyhyä sairastavan potilaan hoitamisen ja suojainten riisumisen jälkeen toteutetaan käsien saippua-/ vesipesu (väh. 60 sekuntia) sekä desinfiointi.

Kädet kostutetaan haalealla vedellä ja sen jälkeen niihin hierotaan nestemäistä saippuaa. Kädet pestään juoksevan veden alla, huuhdellaan ja kuivataan paperipyyhkeellä. Hana suljetaan paperipyyhkeellä tai kyynärpäällä, etteivät kädet likaantuisi uudelleen.

Käsien huuhtelu pelkällä vedellä

Kädet huuhdellaan, jos käsihuuhde on kerrostunut käsiin ja kädet tuntuvat tahmeilta. Kädet huuhdellaan haalealla vedellä ja kuivataan hyvin.

Terveys- ja sairaanhoitopalvelut
Medisiiniset palvelut
Infektioiden torjunta

18.4.2024

6 Opeta käsihygienia potilaille, asukkaille, asiakkaille ja vierailijalle.

Ohjaa ja tarvittaessa avusta potilaita, asukkaita ja asiakkaita desinfiomaan kädet:

- yksikköön tullessa ja lähtiessä
- potilas-, asukas-, tutkimus- tai hoituhuoneeseen tullessa ja poistuesssa
- ennen ruokailua
- WC-käynnin jälkeen
- yskimisen ja niistämisen jälkeen.

Huolehdi, että yksikön julkisissa tiloissa on saatavilla käsihuuhdetta ja ohjeet käsien desinfiointiin. Jos alkoholipitoista käsihuuhdetta ei voi pitää esillä, voi julkisiin tiloihin laittaa alkoholitonta käsihuuhdetta.

7 Oikea suojakäsineiden käyttö

Käytä suojakäsineitä harkiten. Useimpiin tilanteisiin riittää käsien desinfiointi ennen ja jälkeen työtehtävän. Tällaisia työtehtäviä ovat esimerkiksi:

- Tietokoneen tai puhelimen käyttö
- Puhtaiden välineiden hakeminen kaapista tai varastosta
- Puhtaiden välineiden ottaminen huuhtelu-desinfektolaitteesta
- Puhtaan ehjän ihon tai vaatteiden koskeminen
- Potilaan, asukkaan tai asiakkaan kuljettaminen pyörätuolilla tai sängyllä
- Potilaan, asukkaan tai asiakkaan siirtymisessä avustaminen
- Hiusten kampaaminen
- Ruuan vieminen
- Pukeutumisessa avustaminen
- s.c, i.m. tai i.v. lääkkeitä annettaessa, huomioiden lääkekohtaiset ohjeet

Käytä suojakäsineitä oikein

- Desinfioi kädet ennen suojakäsineiden pukemista ja riisumisen jälkeen
- Hiero kädet kuiviksi ennen käsineiden pukemista
- Pue suojakäsineet juuri ennen kuin niitä tarvitaan, jotta ne pysyvät puhtaina käyttöhetkeen saakka
- Tee käsineet kädessä vain se työtehtävä, jota varten olet käsineet pukenut
- Älä koske käsineillä muuta ympäristöä tai välineitä
- Riisu käsineet heti käyttötarpeen loputtua, jotta et levitä kontaminoituneilla käsineillä mikrobeja ympäristöön
- Vaihda käsineet, kun siirryt saman potilaan, asukkaan tai asiakkaan hoidossa puhtaampaan työvaiheeseen
- Jos työ keskeytyy esimerkiksi puhelimen soidessa, riisu käsineet, desinfioi kädet ja vastaa sen jälkeen. Desinfioi kädet ja pue puhtaat suojakäsineet ennen työtehtävään palaamista.

Katso ohje: Suojakäsineiden käyttöohje