

Hygieniaohteja sairaalassa toimiville vapaaehtoisille

Käynnille sairaalaan voi tulla vain terveenä. Tartuntavaaran vuoksi nuhaa, yskää tai muuta tarttuvaa tautia sairastavan - tai henkilön, jonka kotona sairastetaan tarttuvaa tautia - ei tule vierailla sairaalassa. Tällä tavoin ehkäisemme infektioiden leviämistä sairaalassa.

Kosketustartunta on yleisin infektioiden leviämistapa sairaalassa. Niinpä sairaalan henkilökunnan lisäksi myös vapaaehtoistoimijoiden ja vierailijoiden on syytä osallistua infektioiden torjuntaan huolehtimalla suositusten mukaisesta käsihygieniasta eli käsien puhtauteen liittyvistä asioista.

Osa mikrobeista voi levitä myös pisaratartuntana tai ilman välityksellä aerosolina tai pieninä hiukkasina.

Yskimishygieniaa noudattamalla vältämme hengitystie-eritteiden välityksellä leviäviä tartuntoja, esimerkiksi influenssa- ja koronavirukset.

Tavoitteena puhtaat kädet ja oikea yskimishygienia

Käsihygienia tarkoittaa käsien pesua ja/tai käsihuuhteen käyttöä. Se on paras yksittäinen infektioiden torjunta keino. Mikrobit (bakteerit ja virukset) tarttuvat tavallisimmin henkilöstä toiseen käsien välityksellä eli kosketustartuntana. Kosketustartunta on tavallisin tartuntareitti sairaalassa.

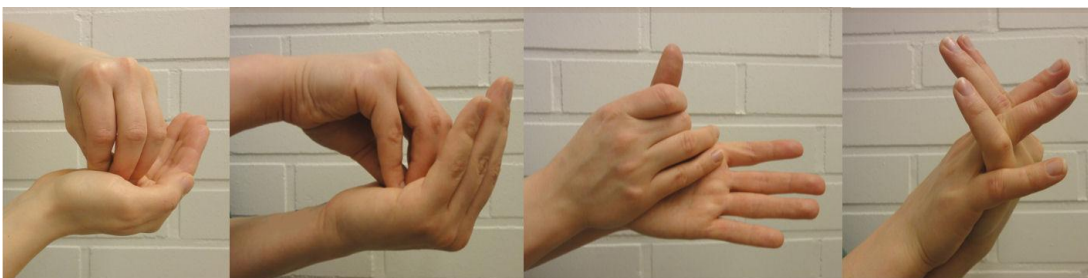
Kotona riittää käsien pesu saippualla. Sairaalassa käsihuuhteen käyttö on tehokkain tapa estää mikrobien leviäminen. Sairaalassa olevien potilaiden vastustuskyky voi olla heikentynyt ja he saavat herkemmin infektioita.

Käsissä olevat kellot ja korut haittaavat käsihygieniasta huolehtimista.

Pese kätesi vedellä ja saippualla sekä käytä käsihuhdetta

- sairaalalle tullessasi
- aina kun kädet ovat näkyvästi likaiset ja WC-käynnin jälkeen

Käytä käsihuhdetta sairaalaan, osastolle ja potilashuoneeseen tullessa ja sieltä poistuessa. Siis aina kun vaihdat tilasta toiseen.



Yskimishygieniaa noudattamalla vältämme hengitystie-eritteiden välityksellä leviäviä tartuntoja, esimerkiksi influenssa- ja koronavirukset.

Yski ja aivasta oikein:

- Älä yski tai aivasta muita ihmisiä kohti.
- Yski ja aivasta tiiviisti nenäliinaan.
- Laita nenäliina välittömästi roskeen yskimisen jälkeen.
- Mikäli nenäliinaa ei ole saatavilla, yski silloin paidan hihan yläosaan.
- Yskimisen jälkeen desinfioi kädet käsihuuhteella.

Käytä suu-nenäsuojusta, jos sinulla on hengitystieinfektion oireita, ja on pakottava tarve vierailla sairaalassa.

Yski ja aivasta oikein



Yski ja aivasta hihaasi, niin laitat stopin tartunnoille.



Jos mahdollista, käytä kertakäyttöistä nenäliinaa.



Laita käytetty liina roskeen yskimisen jälkeen ja pese kädet saippualla.

Pieni **teko.**
Suuri
vaikutus



Terveystieteiden ja
hyvinvoinnin laitos
www.thl.fi/yskimisohje

Tule vain terveenä vuoroon

Tule terveenä sairaalaan, ettet tartuta muita, esim. vatsatauti tai hengitystieinfektio

- hengitystieinfektion jälkeen voit tulla, kun olet terve
- vatsataudin jälkeen odota 2 oireetonta päivää ennen kuin tulet vuoroon

Käydessänne osastoilla voitte kysyä tarvittaessa tarkempaa ohjeistusta henkilökunnalta.