

## Hygieniaohjeita 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 vieraillla sairaalassa.

Jos joudut vierailemaan sairaalassa pakottavista syistä hengitystieoireisena, käytä käynnin aikana suu-nenäsuojusta. Tällä tavoin ehkäisemme infektioiden leviämistä sairaalassa.

## Tavoitteena puhtaat kädet ja oikea yskimishygienia

Käsihygienia tarkoittaa käsien pesua ja/tai käsihuuhteen käyttöä. Se on paras yksittäinen keino estää infektioiden tarttumista ja leviämistä.

Mikrobit (bakteerit ja virukset) tarttuvat tavallisimmin henkilöstä toiseen käsien välityksellä eli kosketustartuntana. Kosketustartunta on tavallisin tartuntareitti sairaalassa.

Kotona kädet kädet pestään vedellä ja saippualla. Sairaalassa käsihuuhteen käyttö on tehokkain tapa estää mikrobien leviäminen. Sairaalassa olevien potilaiden vastustuskyky voi olla heikentynyt ja he saavat herkemmin infektiota.

Sairaalan henkilökunnan lisäksi myös vierailijoiden on syytä osallistua infektioiden torjuntaan huolehtimalla suositusten mukaisesta käsihygieniasta eli käsien puhtauteen liittyvistä asioista. Vältä vierailuja sairaalassa, jos sinulla on infektio.

Sairaalamme käsienpesuaineet ja käsihuuhteet ovat ihoystävällisiä ja turvallisia käyttää. Henkilökunta opastaa mielellään käsihygieniaan liittyvissä asioissa.

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

Vieraillessanne osastoilla voitte kysyä tarvittaessa tarkempaa ohjeistusta henkilökunnalta.