

Kinnitas:	Andres Kotsar	Juhatuse liige, ravijuht	07.03.2023
Koostas:	Matti Maimets	Infektsioonikontrolli teenistuse direktor	16.01.2023
	Ees- ja perekonnanimi	Ametikoht	kuupäev

## KÄTEHÜGIEENI JUHEND

### EESMÄRK

Käesoleva juhendi eesmärk on kehtestada ühtsed nõuded Kliinikumi töötajate kätehügieenile, et vähendada mikroorganismide hulka kätel ja tagada patsientidele võimalikult ohutu ravi.

### VASTUTUS

Juhend kehtib kõikides Kliinikumi struktuuriüksustes. Juhendi täitmise eest vastutavad struktuuriüksuste juhid. Kontrolli käesoleva juhendi täitmise üle teostab infektsioonikontrolli teenistus.

### MÕISTED

**Kätehügieen** hõlmab kätepesu, käte antiseptikat, küünte ning kätenaha hooldust. Korrektselt kätehügieeni saab teha vaid juhul, kui kätel ei kanta kellasid ja ehteid. Kinnaste kasutamine ei asenda kätehügieeni.

**Kätepesu** on käte pesemine seebiga, mis kantakse eelnevalt voolava vee all niisutatud nahale.

**Kirurgiline kätepesu** on käte, randmete ja küünarvarte pesemine seebiga, mis kantakse eelnevalt voolava vee all niisutatud nahale.

**Käte antiseptikum** on alkoholi sisaldav aine, mida kasutatakse mikroorganismide hulga vähendamiseks kätel.

**Käte antiseptika** on käte töötlemine antiseptikumiga, mis kantakse kuivadele kätele.

**Kirurgiline käte antiseptika** on käte, randmete ja küünarvarte töötlemine antiseptikumiga, mis kantakse kuivadele kätele.

**Kindad** on isikukaitsevahendid, mida kasutatakse kui on käte kokkupuute oht vere ja teiste kehavedelikega või resistentsete mikroorganismidega.

### TEGEVUSKIRJELDUS

#### 1. Kätehügieeni meetodid

Kätehügieeni meetoditeks on kätepesu, kirurgiline kätepesu, käte antiseptika ja kirurgiline käte antiseptika.

#### 2. Üldised nõuded

- Antiseptikumi dosaatorid paigutatakse iga palati ukse juurde, voodi kõrvale, voodi külge või teistesse vajalikesse kohtadesse.
- Sõrmuste, käekettide, -kellade ja -võrude kandmine ei ole lubatud.
- Kahjustatud kätega (vigastused, dermatiit, panariitsium jms) töötaja vabastatakse võimaluse korral tööülesannetest, mis nõuavad käte antiseptika läbiviimist.
- Küüned peavad olema terved, puhtad ja hooldatud. Küüne vaba osa pikkus ei tohi ületada sõrmeotsa.
- Lakitud küünte, kunstküünte, püsigeellaki ja küünte kaunistuste kandmine ei ole lubatud.

### 3. Kätehügieeni läbiviimine

#### 3.1. Kätepesu

Käed pestakse vee ja seebiga alati:

- kui käed on silmaga nähtavalt määrdunud;
- enne kokkupuudet toiduga (sh enne söömist, toidukandikute jagamist, patsiendi toitmist jne);
- pärast nuuskamist, aevastamist ja köhimist;
- pärast WC kasutamist või patsiendi mähkmevahetust;
- pärast käte kontakti patsiendiga, kes on infitseeritud või koloniseeritud eoseid moodustavate bakteritega (*Clostridioides difficile* haiglasisesse leviku tõkestamise juhend JKL-155);
- pärast käte kontakti patsiendiga, kellel esineb viiruslik gastroenteriit või selle kahtlus.

Haiglas peab kätepesule järgnema käte antiseptika.

#### 3.2. Käte antiseptika

Käte antiseptika tehakse alati sõltumata sellest, kas kindaid kanti või mitte:

- enne ja pärast käte kontakti patsiendiga;
- pärast käte kontakti patsiendi vere ja teiste kehavedelikega;
- enne ja pärast käte kontakti haavade ja limaskestadega;
- kontamineerunud kehapiirkonna puudutamise järgselt enne sama patsiendi teiste kehapiirkondade puudutamist;
- enne ja pärast kinnaste kasutamist;
- enne ja pärast invasiivseid protseduure;
- pärast käte kontakti pindade ja esemetega patsiendi lähimas ümbruses (k.a aparatuur ja seadmed);
- enne ravimite ettevalmistamist ja manustamist;
- kinda purunemisel operatsiooni või kirurgilise protseduuri käigus eemaldatakse kindad, viiakse läbi käte antiseptika ning võetakse kasutusele uued kindad;
- operatsiooni või kirurgilise protseduuri lõppedes.

#### 3.3. Kirurgiline kätepesu

- Enne päeva esimest operatsiooni või kirurgilist protseduuri.
- Üksteisele järgnevate operatsioonide või kirurgiliste protseduuride korral juhul, kui on lahkutud operatsioonitoast.
- Käte silmaga nähtava saastumise korral.
- Kirurgilisele kätepesule järgneb alati kirurgiline käte antiseptika.

#### 3.4. Kirurgiline käte antiseptika

- Vahetult enne iga operatsiooni või kirurgilist protseduuri (angiograafia jms), mis eeldab steriilset riietust.
- Üksteisele järgnevate operatsioonide või kirurgiliste protseduuride korral teostatakse vaid kirurgiline käteantiseptika juhul, kui ei ole lahkutud operatsioonitoast.

### 4. Kätepesu ja käte antiseptika tehnika

#### 4.1. Kätepesu tehnika

- Seistakse kraanikausist eemal, nii et riided ei puutuks kokku kraanikausiga.
- Käed ja randmed niisutatakse sooja voolava veega.
- Seep kantakse kätele ja randmetele.

- Käed ja randmed pestakse, hõõrudes intensiivselt seebiga kaetud pindasid vähemalt 15 sekundi jooksul. Erilist tähelepanu pööratakse küünealustele, sõrmeotstele, põialdele ja sõrmevahedele.
- Käed ja randmed loputatakse hoolikalt rohke voolava veega.
- Kraan suletakse küünarnuki abil. Sellise võimaluse puudumisel suletakse kraan paberrätiku abil vältimaks käte saastumist.
- Käed ja randmed kuivatatakse ühekordselt kasutatava paberrätikuga.
- Kasutatud paberrätik visatakse selleks ettenähtud jäätmeanumasse.

#### 4.2. Käte antiseptika tehnika

- Antiseptikum kantakse kuivadele kätele. Järgitakse tootjapoolseid juhiseid/koguseid.
- Käsi hõõrutakse kuni nende kuivamiseni (vähemalt 20 sekundit). Käte antiseptika läbiviimisel pööratakse erilist tähelepanu sõrmeotstele, põialdele ja sõrmevahedele.
- Enne kinnaste kasutusele võtmist peavad käed olema kuivad.

#### 4.3. Kirurgilise kätepesu tehnika

- Seistakse kraanikausist eemal, nii et riided ei puutuks kokku kraanikausiga.
- Käed, randmed ja küünarvarred niisutatakse sooja voolava veega.
- Seep kantakse kätele, randmetele ja küünarvartele.
- Pestakse käed, randmed ja küünarvarred. Erilist tähelepanu pööratakse küünealustele, sõrmeotstele, põialdele ja sõrmevahedele. Kätepesu kestus sõltub kätepesuvahendi tootjapoolsetest juhistest (tavaliselt 2-5 min).
- Seep loputatakse maha rohke voolava veega. Vesi peab voolama suunaga sõrmedelt küünarvartele.
- Kraan suletakse küünarnuki abil.
- Käed, randmed ja küünarvarred kuivatatakse ühekordse paberrätikuga.
- Kasutatud paberrätik visatakse olmejäätmete kotti.

#### 4.4. Kirurgilise käte antiseptika tehnika

- Piisav kogus antiseptikumi (hinnanguliselt 10-15 ml, sõltuvalt käte suurusest) kantakse kuivadele kätele, randmetele ja küünarvartele. Antiseptikum peab katma küüned, küünevallid ja küünealused.
- Kätele antiseptikumi hõõrumise ajal peavad käed olema antiseptikumist märjad. Erilist tähelepanu pööratakse sõrmeotstele, põialdele ja sõrmevahedele. Järgitakse tootja poolseid juhiseid ja toimeaega.
- Enne kinnaste kasutusele võtmist peavad käed olema kuivad.

### 5. Kinnaste kasutamine

#### 5.1. Kinnaste kasutamise üldpõhimõtted

- Kindad on patsiendi- ja protseduuripõhised, seega vaid ühekordseks kasutamiseks.
- Enne ja pärast kinnaste kasutamist tuleb teha käte antiseptika ja vajadusel eelnevalt käed pesta.
- Lõhnastatud kätehooldustoodete kasutamine kinnastega töötamisel võib tekitada nahaärritust.
- Vahetult enne kinnaste kasutamist ei soovitata kasutada kätekreeme ega -salve.
- Latekskinnaste kasutamisel ei tohi kasutada kätehooldustooteid, mis sisaldavad mineraalseid õlisid, petrolaatumit või lanoliini. Need ained võivad põhjustada latekskinnaste purunemise ja soodustavad kinnaste läbilaskvust.
- Pärast kokkupuudet patsiendi saastunud kehapiirkondadega või saastunud keskkonnaga tuleb kasutatud kindad eemaldada ja teha käte antiseptika.
- Enne teiste toimingute sooritamist samal patsiendil tuleb võtta kasutusele uued kindad, kui edasine tegevus seda nõuab.

- Kindaid ei tohi pesta ega antiseptikumiga töödelda siirdudes ühelt toimingult teisele või liikudes ühe patsiendi juurest teise juurde.
- Katkised (ka torkevigastuse korral) kindad tuleb viivitamatult välja vahetada.
- Kasutatud kindad tuleb eemaldada selliselt, et need saastaksid võimalikult vähe ümbruskonda ja nahka.

## 5.2. Kinnaste valik

Sobivate kinnaste valimisel tuleb arvestada patsiendi või kasutaja võimalikku allergiat.

Kinnaste materjal:

- **lateks** – latekskindaid on soovitatav kasutada siis, kui käsitsetakse lõikavaid, torkavaid või teravaid vahendeid või kui töö käigus tekib kokkupuude vere või teiste kehavedelikega;
- **nitriil** – nitriilkindaid kasutatakse kemikaalide ja tsütotoksiliste ravimite käsitlemiseks ning samuti sobivad need kasutamiseks latekskinnaste asemel juhul, kui kasutajal esineb lateksallergiat või nahatundlikkust.

## 5.3. Mittesteriilseid kindaid kasutada

- Kui on kokkupuute oht vere ja teiste kehavedelikega.
- Perifeerse veenikanüüli sisestamisel.
- Veenisiseste kateetrite hooldamisel ning eemaldamisel.
- Ravimite manustamisel veenikanüüli kaudu.
- Ravimite manustamiseks ettevalmistamisel (JKL-145, JKL-140).
- Vereanalüüsi võtmisel.
- Infusiooniliinide lahti ühendamisel.
- Trahhea aspireerimisel, kui on kinnine aspiratsioonisüsteem või lahtise aspiratsioonisüsteemi korral, kuid kasutatakse steriilset klemmi.
- Vaginaalsel läbivaatusel.
- Siibrite tühjendamisel.
- Eritiseplekkide eemaldamisel.
- Instrumentide puhastamisel.
- Jäätmete käitlemisel.
- Kontaktisolatsiooni korral.

## 5.4. Steriilseid kindaid kasutada

- Steriilsust nõudvatel protseduuridel.

## 5.5. Kindaid ei ole vaja kasutada näiteks järgmistes situatsioonides (v.a kontaktisolatsiooni korral)

- Intramuskulaarsete ja subkutaansete süstide tegemine.
- Manipulatsioon infusiooniliinidega, kui puudub kokkupuude verrega.
- Hapniku manustamine.
- Vererõhu, kehatemperatuuri ja pulsi mõõtmine.
- Voodipesu vahetamine.
- Toidu jagamine ja kasutatud nõude ära toomine.
- Kokkupuude patsiendi lähiümbruses olevate pindadega.
- Patsiendi transportimine.
- Telefoni kasutamine.
- Dokumentatsiooni täitmine.

Tähis	JKL-98
Viide	
Versioon	06

## VIITED

- JKL-186 Tööriietuse juhend
- JKL-145 Tsütostaatikumide käitlemise juhend
- JKL-140 Ravimite manustamiseks ettevalmistamise juhend
- JKL-155 *Clostridioides difficile* haiglasisesse leviku tõkestamise juhend
- JKL-52 Mikroorganismide vältimise juhend
- JKL-203 Vankomütsiinresistentse enterokoki haiglasisesse leviku tõkestamise juhend