

Kinnitas:	Liis Salumäe	Juhatuse liige, ravijuht	04.04.2025
Koostas:	Tatjana Oolo Piret Mitt	Infektsioonikontrolli teenistuse õde Infektsioonikontrolli teenistuse juht, vanemarst-õppejõud	28.03.2025
	Ees- ja perekonnanimi	Ametikoht	kuupäev

KÄTEHÜGIEENI JUHEND

EESMÄRK

Käesoleva juhendi eesmärk on kehtestada ühtsed nõuded Kliinikumi töötajate käte hügieenile, 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

Käte hügieen hõlmab käte pesu, käte antiseptikat, küünte ning kätenaha hooldust. Korrektset käte hügieeni saab teha vaid siis, kui kätel ei kanta kellasid, nutiseadmeid ja ehteid. Kinnaste kasutamine ei asenda käte hügieeni.

Käte pesu on käte pesemine seebiga, mis kantakse eelnevalt voolava vee all niisutatud nahale.

Kirurgiline käte pesu 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 töötaja ja/või patsiendi kaitsmiseks mikroorganismide leviku eest ja kokkupuutel kemikaalidega.

TEGEVUSKIRJELDUS

1. Käte hügieeni meetodid

Käte hügieeni meetoditeks on käte pesu, kirurgiline käte pesu, 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, -võrude ja nutiseadmete kandmine ei ole lubatud.
- Kahjustatud kätega (vigastused, dermatiit, panariitsium jms) töötaja vabastatakse võimaluse korral tööülesannetest, mis nõuavad käte antiseptika tegemist.
- 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 (nt *Clostridioides difficile* haiglasisesse leviku tõkestamine);
- 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 lahnutud operatsioonitoast.
- Käte silmaga nähtava saastumise korral.
- Kirurgilisele kätepesule järgneb alati kirurgiline käte antiseptika.

3.4. Kirurgiline käte antiseptika

- Vahetult enne iga operatsiooni või protseduuri (angiograafia jms), mis eeldab steriilset riietust.
- Üksteisele järgnevate operatsioonide või kirurgiliste protseduuride korral tehakse ainult kirurgiline käte antiseptika siis, kui ei ole lahnutud 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 20 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.

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, pöialdele 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, pöialdele 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.

4.4. Kirurgilise käte antiseptika tehnika

- Piisav kogus antiseptikumi (hinnanguliselt 10-15 ml, sõltuvalt käte suuruselt) 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, pöialdele 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 ühekordseks kasutamiseks.
- Enne ja pärast kinnaste kasutamist tuleb teha käte antiseptika ja vajadusel eelnevalt käed pesta.
- 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.
- Katkised (ka torkevigastus) kindad tuleb viivitamatult välja vahetada.
- Kasutatud kindad tuleb eemaldada nii, 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 käsitletakse 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 siis, kui kasutajal esineb lateksallergiat või nahatundlikkust.

5.3. Mittesteriilseid kindaid kasutada

- 5.3.1. Kui on kokkupuute oht vere ja teiste kehavedelikega (v.a hiigi), limaskestade või kahjustunud nahaga. Näiteks:
- perifeerse veenikanüüli sisestamisel;
 - veenisiseste kateetrite hooldamisel ning eemaldamisel;
 - vereanalüüsi võtmisel;
 - infusiooniliinide lahti ühendamisel;
 - vaginaalsel läbivaatusel;
 - siibrite, kogumiskottide jne tühjendamisel;
 - eritiseplekkide eemaldamisel;
 - instrumentide puhastamisel.
- 5.3.2. Süsteravimite manustamiseks ettevalmistamisel ja manustamisel (v.a vaktsiinid).
- 5.3.3. Suukaudsete ja paiksete ravimite manustamiseks ettevalmistamisel ja manustamisel, kui on otsene kokkupuude ravimitega (nt tableti purustamine, salvi määrimine jne).
- 5.3.4. Kui on kokkupuuteoht kemikaalidega.
- 5.3.5. Kontaktisolatsiooni korral vastavalt tegevustele.

5.4. Steriilseid kindaid kasutada

- steriilsust nõudvatel protseduuridel.

5.5. Kindaid ei ole vaja kasutada

- Intramuskulaarsete ja subkutaansete süstide tegemine.
- Manipulatsioon infusiooniliinidega, kui puudub kokkupuude verrega.
- Suukaudsete ravimite manustamine, kui ei ole otsest kokkupuudet ravimitega (nt tableti purustamine, salvi määrimine).
- Hapniku manustamine.
- Vererõhu, kehatemperatuuri ja pulsi mõõtmine.
- Puhta voodi tegemine.
- Toidu jagamine ja kasutatud nõude ära toomine.
- Kokkupuude patsiendi lähiümbruses olevate pindadega.
- Patsiendi transportimine.
- Telefoni kasutamine.
- Dokumentatsiooni täitmine.

6. Kätehooldus

- Kreemitada käsi vastavalt vajadusele.
- Kreemitada ainult puhast ja kuiva nahka.
- Kasutada tööandja pakutavaid kätehooldustooteid.

VIITED

- JKL-186 Tööriietuse juhend
JKL-145 Tsütostaatikumide käitlemise juhend
JKL-140 Ravimite manustamiseks ettevalmistamise juhend
JKL-124 Ravimite manustamise juhend
JKL-52 Mikroorganismide haiglasise leviku vältimise juhend