



Oikeaoppinen terveydenhuollon työntekijöiden henkilöhygieniä – tartuntojen leviämisen ehkäisyä päivittäisessä työssä

Työntekijän oma hyvä henkilökohtainen hygieniä luo perustan tartuntojen ehkäisylle

- Henkilökohtaiseen hygieniaan kuuluu erityisesti oikeaoppinen käsihygieniä, omasta terveydestä huolehtiminen ja sairauksien asianmukainen hoito
- Pidä kynnet lyhyinä niin että ne eivät ylety sormenpäiden yli
- Geeli- ja rakennekynnet sekä kynsilakka ovat kiellettyjä
- Sormusten ja kaikenlaisten käsikorujen (mm. rannekello ja aktiivisuusranneke) käyttö on kielletty koska ne heikentävät käsihygienian toteutumista
- Riippuvat korut, kasvojen ja limakalvojen lävistykset ovat kiellettyjä
- Vältä suun ja nenän alueen sekä ihon epäpuhtauksien, näppylöiden ja haavaumien koskettelua
- Vältä hiuksien koskettelua ja hiuspohjan raapimista
- Aivasta/yski kynnärtaipeeseen, pois päin muista
- Niistä kertakäyttönenäliinaan ja pese tai desinfioi kätesi niistäamisen jälkeen
- Pidä hiukset puhtaana ja pitkät hiukset sidottuna
- Pidä parta puhtaana ja siistinä, aseptisissa toimenpiteissä on käytettävä partasuojusta
- Irtoripsiä ei suositella käytettävän, aseptisissa toimenpiteissä on käytettävä suojalaseja

Työasu

- Työnantaja tarjoaa työasun ja huolehtii työasun puhtaanapidosta
- Vaihda työasu aina kun se likaantuu ja työpisteestä riippuen jopa päivittäin
- Työasun hihojen tulee olla max. $\frac{3}{4}$ pituiset
- Oma paita työasun alla käytettäessä hihat eivät saa näkyä työasun alta
- Mikäli työntekijä kulttuurillisista ja uskonnollisista syistä työnantajan luvalla käyttää huivia, tulee se vaihtaa päivittäin
- Pidä puhelin, henkilökortti ja avainnauha puhtaana

Hajusteet

- Älä käytä voimakkaita tuoksuja ja hajusteita
- Huomioi ihosi puhtaus, ettet haise hielle ja/tai tupakalle