

KÄTEHÜGIEEN

Parimad võimalused kätehügieeniks haiglas on pesta käsi vedelseebi ja veega või hõõruda käsi spetsiaalse käte puhastusainega (käte antiseptikumiga).

Millal pesta käsi seebi ja veega?

- Käed on nähtavalt määrdunud;
- enne söömist;
- pärast nuuskamist, aevastamist, köhimist;
- pärast tualettruumi külastamist.

Millal kasutada käte antiseptikumi?

- Enne põiekateetri või veresoonekanüüli puudutamist;
- enne ja pärast kahjustunud naha (põletik, põletus, lõikehaav) puudutamist;
- pärast nuuskamist, aevastamist, köhimist.

Mida võiks teada käte antiseptikumist?

- Antiseptikum on tõhusam kui käte pesemine vee ja seebiga;
- hävitab 99% mikroobidest umbes 30 sekundi jooksul;
- antiseptikumi dosaatorid asuvad palati ukse juures, voodi kõrval või teistes kättesaadavates kohtades;
- antiseptikumi ei ole vaja kätelt maha pesta.

Kätehügieeni teostamine

Õige kätehügieeni tehnika on väga oluline nii seebi ja vee kui ka käte antiseptikumi kasutamise puhul. Käsi tuleb pesta vee ja seebiga või hõõruda antiseptikumiga **30 sekundit**. Ainult kiire loputamine ei tee käsi puhtaks!

Kätehügieeni tehnika

1. Tehke käed märjaks (mittevajalik antiseptikumi kasutamisel)
2. Vajutage seebi või antiseptikumi dosaatorile 1–2 korda
3. Hõõruge peopesi ja sõrmede vahelist ala



4. Hõõruge sõrmeotsi



5. Hõõruge pöidlaid, küünealuseid



6. Vee ja seebi kasutamisel kuivatage käed ja sulgege veekraan paberrätikuga



7. Antiseptikumi kasutades hõõruge käsi kuni kuivamiseni.

Pildid: Marika Tammaru

Tartu Ülikooli Kliinikum
Registruur 731 9100
Üldinfo 731 8111
www.kliinikum.ee
kliinikum@kliinikum.ee

ESBL

Patsiendiinfo

Mis on ESBL?

ESBL (ingl.k. *Extended Spectrum Beta-Lactamase*; eesti k. laiendatud toimespektriga beetalaktamaas) on valk, mida toodavad mõned bakterid. Selliste bakterite poolt põhjustatud haiguste korral paljud antibiootikumid ei toimi ning seetõttu võib haiguse ravi olla pikem ja keerukam.

Mis juhtudel põhjustab ESBL- positiivne bakter haigust?

ESBL-positiivne bakter võib pikaajaliselt elada inimese seedetraktis ilma haigust põhjustamata. Seda nimetatakse ESBL-positiivse bakteri kandluseks. Kandluse korral enamikel inimestel haigust ei teki ning seda ei ravita. Organism võib aja jooksul ESBL-positiivse bakterist vabaneda.

Ainult teatud tingimustel võib bakter põhjustada haigusi näiteks kuseteedes, haavas, kõhukoopas, või kopsus. Sagedamini esineb seda järgmistel inimestel:

- pikaajaliselt haiglas viibinud ja/või eelnevalt antibiootikumravi või immuunsüsteemi pidurdavat ravi saanud patsientidel.
- paigaldatud võõrmaterjaliga (protees, kateeter jm) patsientidel;
- äsja opereeritud patsientidel.

Millal vajab ESBL- positiivse bakteriga inimene ravi?

Ravi on vajalik ainult siis, kui ESBL- positiivne bakter on põhjustanud haiguse. Ravi vajaduse otsustab raviarst.

Kuidas ESBL- positiivne bakter haiglas levib?

Peamiselt levib bakter nii patsiendi, haigla-personali kui ka küllastajate käte vahendusel. See võib juhtuda otsesesel kontaktil või kaudselt, puudutades esemeid ja pindu (ukse käepidemed, tualettruum, voodi piirded jne).

Miks on tähtis takistada ESBL- positiivse bakteri leviku haiglas?

ESBL-positiivse bakteri levik võib ohustada teisi haiglas viibivaid patsiente, põhjustades neil haigusi, mille ravi on pikem ja keerulisem. Seetõttu on ESBL-positiivse bakteri haiglasisesse leviku vältimiseks kehtestatud kindlad juhised.

Kuidas haiglasiseselt takistatakse ESBL- positiivse bakteri levikut?

Haiglapersonal, patsiendid ja küllastajad järgivad kehtestatud juhiseid.

Personal:

- paigutab võimalusel patsiendi üksikpalatisse;
- paneb palatiuksele sildi, mis teavitab nii personali kui ka küllastajaid kehtivastest juhistest;
- kasutab palatisse sisenemisel isikukaitsevahendeid, milleks on kindad, kaitsekittel ja vajadusel mask;
- järgib kätehügieeni reegleid;
- annab vajadusel patsiendile kui ka tema lähedastele täiendavat infot bakteri kohta.

ESBL-positiivse bakteriga patsient:

- järgib personali juhiseid;
- järgib kätehügieeni reegleid.

Küllastajad:

- informeerivad osakonna valvepersonali oma tulekust enne palatisse sisenemist;
- teostavad kätehügieeni enne palatisse sisenemist ja palatist lahkumisel;
- kannavad palatis kaitsekittlit;
- väldivad kontakti teiste patsientidega;
- eemaldavad kitli enne palatist lahkumist vastavalt palati uksele olevate juhistele.
- väldivad kontakti teiste patsientidega.

Mida teha haiglast lahkumisel?

- ESBL- positiivse bakteriga patsient ei vaja elustiili muutmist!
- ESBL- positiivne bakter ei sega suhtlemist teiste inimestega, sportimist, ühiskasutatavate saunade ja basseinide külastamist.
- Oluline on ka kodus järgida käte hügieeni reeglid. Hoolikas kätepesu takistab bakterite levikut teistele inimestele ja ümbritsevatele pindadele.
- Iga kord kui pöördute arsti vastuvõtule või haiglaravile, teavitage ESBL-positiivse bakteri olemasolust, et raviarst saaks seda raviplaani koostamisel arvesse võtta.