

Ohje henkilökohtaisen avun koronatartuntojen ehkäisyyn (tämä ohje korvaa 27.5.2020 annetun ohjeen)

Henkilökohtaisen avun työnantajan velvollisuudet:

- Henkilökohtaisen avun työnantajan on perehdytettävä henkilökohtainen avustaja/henkilökohtaiset avustajat käsi- ja yskimishygieniaan, suu-nenäsuojusten ja silmäsuojainten (visiiri tai suojalasi) tarpeenmukaiseen käyttöön.
- Henkilökohtaisen avun työnantajan on huolehdittava tarvittavien suojaimien tms. hankkimisesta.
- Henkilökohtaisen avun työnantajan on käytävä tämä ohjeistus läpi henkilökohtaisen avustajansa/henkilökohtaisten avustajiensa kanssa.

Työnantajan avustajan käyttöön järjestämät suojautumisvälineet:

- Kertakäyttöiset suu-nenäsuojaimet
- Käsihuuhdepullo
- Suihkutettavaa desinfiointiainetta (esim. Oxivir) työvälineiden puhdistamista varten.
- Kun avustettavalla on COVID-19-tauti, tarvitaan lisäksi:
 - Kertakäyttöiset suojakäsineet
 - Kertakäyttöiset silmiensuojaimet (visiiri tai suojalasi)
 - Kertakäyttöinen pitkähihainen suojatakki
 - Käsihuuhdepullo avustettavan käyttöön

Käsihygienia ohjeet avustajalle:

- Vältä rakennekynsien käyttämistä ja riisu korut ja kello työpäivän ajaksi, sillä nämä lisäävät riskiä taudin leviämiseen.
- Pese kädet vedellä ja saippualla vähintään 20 sekunnin ajan, huolellisesti joka puolelta.
- Kuivaa kädet paperiin.
- Käytä käsihuuhdetta käsien pesun lisäksi. Huolehdi, että sitä on aina saatavilla. Käytä käsihuuhdetta myös niissä tilanteissa, kun käsienpesu ei ole mahdollista.
- Pue ensimmäiseksi avustettavan luo mentyäsi kasvoillesi suu-nenäsuojain ja silmäsuojain (suojalasi tai visiiri). Pese kädet, kun olet riisunut suojavarusteet ja ennen kuin lähdet asiakkaan luota.

Näissä tilanteissa käsien pesu on erityisen tärkeää:

- Aina kun tulet omaan tai asiakkaan kotiin, henkilökohtaisen avustajan

- vaihtaessa työpistettä tai palatessa kotiin työpäivän jälkeen
- Ennen ruoan valmistusta, syömistä tai syöttämistä
 - Wc-käynnin tai wc-käynnillä avustamisen tai vaipanvaihdon jälkeen
 - Oman tai hoidettavan nenän niistämisestä jälkeen
 - Sekä työnantajan että työntekijän tulee huolehtia hyvästä käsihygieniasta

Yskimishygienia:

- Yski aina nenäliinaan, hihaan tai kainaloon
- Laita käytetty nenäliina aina suoraan jäteastiaan
- Pese kädet. Mikäli tämä ei ole mahdollista, käytä käsihuuhdetta

Kirurgisen suu-nenäsuojaimen käyttö:

- Flunssaisen tulee välttää lähikontaktia riskiryhmässä olevaan. Henkilökohtainen avustaja ei voi olla työvuorossa flunssaisena.
- Henkilökohtaisen avustajan **on käytettävä** kertakäyttöistä kirurgista nenäsuosuojusta asiakkaan suojaamiseksi mahdolliselta kantamaltaan taudilta.

Ohjeita suojainten käyttöön

- Pue kirurginen suu-nenäsuojain aina puhtain käsin, jotta et vie mikrobeja omille kasvoillesi.
- On tärkeää, että suojain peittää suun ja nenän.
- Älä siirrä suojainta välillä pois kasvoiltasi, ettet kuljeta mikrobeja suojaimen mukana kasvoille.
- Laita käytetyt kertakäyttöiset suojarusteet ja muut hoidossa käytetyt kertakäyttötarvikkeet tiiviiseen jätepussiin ja vie pussi suljettuna sekajäteastiaan.
- Pese tai desinfioi kädet ja kuivaa ne kertakäyttöisiin paperipyyhkeisiin.

Avustajan valmistautuminen, kun asiakkaalla on COVID-19-tauti

- Mietittävä turvallinen paikka avustajan suojarusteiden pukemiseen ja riisumiseen turvallisesti. Tämä voi tapahtua esimerkiksi: asiakkaan oven ulkopuolella vai eteisessä tai jossain muualla. Avustajaa voi varata ottamaan pussin tai laukun ulkovaatteitaan varten.
- Pitkä hiukset (myös pitkät etuhiukset) on laitettava kiinni tai päähineen alle.
- Varustelaukkua (jossa säilytetään suojaimia) on pidettävä kertakäyttöisessä muovipussissa COVID-potilaan luona.
- Laita matkapuhelin ja muut mobiililaitteet kertakäyttöiseen muovipussiin. Vältä matkapuhelimen ja muiden laitteiden käyttöä asiakkaan luona.
- Puhdista kädet asiakkaan luota lähtiessäsi käsihuuhdeella. Puhdista kädet

- kyynärvarsia myöten, jos olet käyttänyt lyhythihaista työasua.
- Käynnin jälkeen:
 - Laita käytetyt suojavarusteet, muut mahdolliset avustamisessa käytetyt kertakäyttötarvikkeet sekä mobiililaitteiden suojana olleet muovipussit tiiviiseen jätepussiin ja vie pussi suljettuna sekajäteastiaan.

Suojainten riisuminen, kun työnantajalla on COVID-19-tauti

Suojainten riisumisella oikeassa järjestyksessä vältetään omilla käsillä silmien, nenän tai suun kontaminoitumista ja mikrobin levittämistä ympäristöön. Suojaimet laitetaan riisumisen myötä erilliseen pussiin.

1. Riisu pitkähihainen suojatakki ja suojakäsineet ja laita ne jätepussiin.
2. Desinfioi kädet.
3. Riisu silmiensuojain (suojalasi tai visiiri) ja laita se jätepussiin.
4. Desinfioi kädet.
5. Riisu kirurginen suu-nenäsuojain ja laita se jätepussiin.
6. Desinfioi kädet.

Toimintaohjeet suojainten hankkimiseen

Keusoten kautta voi tilata tarvittavia suojaimia:

- Mene osoitteeseen: <https://www.keski-uudenmaansote.fi/koronavirus/>
- Kaksoisklikkaa oikeasta alareunasta linkkiä: Koronasuojavarustetilaukset ja tuki
- Klikkaa linkkiä: Korona-suojavarusteiden tilauslomake
- Täytä sähköinen tilauslomake, tai pyydä omaistasi/tuttavaasi täyttämään se puolestasi
- Voit myös olla yhteydessä henkilökohtaisen avun keskuksen p. 050 497 2730 (arkisin klo: 9-15) ja pyytää apua tilauslomakkeen täyttämiseen

Tilauslomake on tarkoitettu omaishoitajille ja henkilökohtaisen avun työnantajille.

Lomake siirtyy lähettämisen jälkeen käsiteltäväksi, ja sinuun ollaan yhteydessä viiden arkipäivän sisällä PUHELIMITSE. Tilauksen noutajalta pyydetään kuittaus vastaanotetusta tilauksesta.

Toimintaohjeet epäiltäessä koronavirusinfektiota

- Koronavirusinfektioon viittaavia oireita voivat olla esimerkiksi kuume, yskä, kurkkukipu, hengenahdistus, lihaskivut, väsymys, nuha, pahoinvointi ja ripuli.
- 1. Jos olet sairastunut ylähengitystieinfektioon etkä enää pärjää kotihoito-

ohjeilla, voit soittaa koronahoitopuhelimeen tai tehdä sähköisen oirearvion osoitteessa www.keusote.fi/koronavirus. Nettipalvelun pyyntöihin vastataan saman päivän aikana. On tärkeää, että et mene terveysasemalle tartuntavaaran vuoksi, vaan otat yhteyttä joko puhelimitse tai Nettipalvelun kautta.

2. Keusoten alueen asukkaille on avattu **yhteinen koronahoitopuhelin** (kun epäilet koronatartuntaa, sinulla on hengitystie- tai vatsaoireita), **p. 019 226 0099**. Puhelin on avoinna joka päivä klo 8-20.
3. Keusoten asukkaille avatusta yhteisestä **korona neuvonta- ja tukipuhelimesta**, **p. 019 226 0098** saa neuvoja muissa kuin hoidollisissa asioissa sekä keskusteluapua koronatilanteen aiheuttamaan huoleen. Puhelin on avoinna joka päivä klo 8-20.
4. Valtakunnallinen puhelinneuvonta arkisin klo 8 – 21 ja lauantaisin klo 9 – 15, puh. 0295 535 535.
5. www.thl.fi
6. Keski-Uudenmaan sote -kuntayhtymän verkkosivuilta **www.keusote.fi** löydät ohjeistuksen, kuinka toimia mahdollisten koronaepäilyjen osalta.

Huomioi ohjeet:

Työterveyslaitoksen ohje [Kertakäyttökäsineiden riisuminen](#).

[THL: Koronavirustartuntojen torjunta kotisairaanhoidossa](#)

THL:n [muistisäännöt käsihygieniaan](#)

Yhteystiedot

Keski-Uudenmaan henkilökohtaisen avun keskus

PL 46, 05801 Hyvinkää

Sähköposti: ha-keskus@keusote.fi, tai p. 050 497 2730 (arkisin klo: 9-15).